BERT HELLINGER

Órdenes del Amor

Cursos seleccionados de Bert Hellinger

Herder

Bert Hellinger

Órdenes del amor

Traducción de Sylvia Kabelka

Herder

Título original: Ordnungen der Liebe. Ein Kursbuch
Traducción: Sylvia Kabelka
Diseño de la cubierta: Gabriel Nunes
Maquetación electrónica: José Luis Merino

1ª edición
ISBN: 978-84-254-2944-6

Herder
http://www.herdereditorial.com

INTRODUCCIÓN

Durante los últimos años, *Órdenes del amor* se ha convertido en una obra fundamental que, mucho más allá del mero campo de la psicoterapia, representa una ayuda para la vida cotidiana de muchas personas. El tema de este libro son los órdenes preestablecidos para el amor en toda relación humana. Así pues, el amor únicamente tiene posibilidades de lograrse donde nosotros conocemos estos órdenes. El amor ciego, sin conocimiento, ignora los órdenes y, en consecuencia, nos hace errar en nuestro camino. En cambio, donde el amor conoce y respeta estos órdenes, también puede traer el fruto que nosotros anhelamos. Así, el amor surte efectos benéficos y sanadores, tanto para nosotros como para nuestro entorno.

En este libro se reproducen textualmente, aunque de forma resumida, tres cursos terapéuticos.

El primer curso, sobre «Implicaciones y sus soluciones», saca a la luz aquello que nos implica en los destinos de otros miembros de la familia o de la red familiar, así como los efectos de tales implicaciones. El interés central, sin embargo, reside en demostrar según qué leyes se consigue encontrar la solución para la persona involucrada.

En todo momento queda patente que tanto en la familia nuclear como en la red familiar existe una necesidad común de vinculación y de compensación que no tolera la exclusión de ninguno de sus miembros. De lo contrario, aquellos que posteriormente nacen en el sistema inconscientemente retoman y prosiguen la suerte de los excluidos. Es lo que en este contexto definimos como «implicaciones sistémicas».

En cuanto los excluidos son reconocidos por los demás miembros de la familia, es decir, cuando se reconoce su derecho a formar parte del sistema familiar, el amor y el respeto compensan la injusticia cometida con ellos sin que su suerte tenga que ser repetida. Es lo que aquí llamamos «solución».

Las implicaciones obedecen a un orden mágico según el cual la fatalidad debe ser compensada por la fatalidad, y los «pequeños», inocentes, avalan a los «grandes», culpables, pagando por ellos. La solución, en cambio, sigue un orden de amor, que cumple la necesidad de compensación de una manera saludable.

El segundo curso, sobre «Órdenes de la pertenencia», muestra cuál es el lugar de los niños que perdieron a uno o a ambos padres y qué ocurre cuando unos padres dan a un

hijo en adopción, o cuando personas ajenas a la familia adoptan a un niño sin ninguna necesidad apremiante.

El tercer curso, sobre «Salud y enfermedad», evidencia lo que, tanto en la familia como en la red familiar, vinculadas por el destino, lleva a enfermedades graves, a accidentes o al suicidio, y cómo tales fatalidades pueden tomar un giro favorable.

El presente volumen reproduce textualmente la búsqueda y la lucha por una solución.

De esta manera, el lector puede participar del proceso como si él mismo lo presenciara. Quizá esto le permita encontrar también una salida de su propia crisis o, en caso de enfermedades que tienen sus raíces en el alma, la sanación.

Por otra parte, se presentan y explican importantes procedimientos terapéuticos, en primer lugar, el trabajo con constelaciones familiares.

Para una constelación, el cliente elige, de entre los participantes de un grupo, a representantes para los miembros de su familia significativos para la demanda que presenta, por ejemplo, su padre, su madre, sus hermanos y él mismo. A continuación, los relaciona ubicándolos en el espacio. Espontáneamente, los representantes sienten como las personas a las que representan, sin saber nada de ellas. Posteriormente, cambiando las posiciones de los representantes, se puede encontrar el orden con el que todos los miembros de la familia se sienten a gusto. Por tanto, podemos decir que el trabajo con constelaciones familiares nos permite dilucidar las leyes ocultas de las relaciones y, al mismo tiempo, nos muestra cómo estas relaciones se logran.

Quien, además, pregunta por el camino epistemológico que lleva a la comprensión de los órdenes aquí descritos durante la lectura puede comprobar personalmente que la comprensión liberadora o sanadora únicamente surge de la mirada centrada, como un relámpago que destella y cae desde la oscuridad. Esta epistemología se describe más extensamente en el capítulo de «Órdenes del saber», al final de este libro.

Las constelaciones familiares en todas sus fases se documentan de manera que el lector pueda seguirlas paso a paso. Los capítulos intermedios explican los procedimientos terapéuticos y describen patrones repetitivos; asimismo, aportan alguna historia, resumiendo lo disperso.

Así, les deseo que, con la lectura, encuentren la alegría, la comprensión de los órdenes del amor y la confianza en que, conociendo estos órdenes, también pueda lograrse el amor y la vida.

BERT HELLINGER

IMPLICACIONES SISTÉMICAS Y SUS SOLUCIONES

PRIMER DÍA

Introducción

HELLINGER Bienvenidos a este curso. Comenzaremos con una ronda en la que pediría a cada uno de vosotros que brevemente nos dijera:

- su nombre,
- su profesión,
- su situación familiar
- y el asunto que quisiera trabajar en este seminario.

La búsqueda de soluciones comenzará en cuanto se dé la oportunidad. Los diversos pasos podrán ser experimentados, o bien realizándolos personalmente, o bien presenciando su realización por los demás. Siempre que haya preguntas respecto del procedimiento, de los resultados del trabajo o de los principios fundamentales del mismo, intentaré responderlas lo mejor posible.

La adopción es peligrosa

KARL Me llamo Karl y actualmente convivo con mi mujer y nuestro pequeño hijo adoptivo. Tenemos cuatro hijos propios de entre 26 y 33 años que ya hacen vida independiente. Anteriormente, también teníamos tres niñas en régimen de acogida, de la misma edad que nuestros hijos; el hijo adoptivo que ahora vive con nosotros es hijo de una de ellas. Soy pastor protestante y trabajo con niños y adolescentes discapacitados, y con sus familias. El año pasado, al conocerte, me di cuenta de que hasta ahora mi trabajo se quedaba corto, para decirlo de alguna manera, porque veía a los adolescentes discapacitados con los que trabajo y, en general, a las personas que viven relaciones difíciles únicamente como individuos. Ahora noto que prácticamente no tiene sentido

querer ayudar a un niño sin que al mismo tiempo pueda trabajar también con su familia y que esta familia sea igualmente consciente del problema.

HELLINGER Tienes que anular la adopción.

KARL ¿Anular la adopción?

HELLINGER Sí, tienes que hacerlo.

KARL No puedo ni imaginármelo.

HELLINGER No tienes ningún derecho. La adopción es una empresa peligrosa, y el que se involucra en ella sin ningún motivo apremiante lo paga muy caro después, perdiendo a un hijo propio o a su pareja como compensación. ¿Quién quería la adopción?

KARL La adopción la quisimos nosotros dos, mi mujer y yo.

HELLINGER ¿Por qué el niño no está con su madre?

KARL La madre vino con el niño de cuatro meses y nos lo dejó en régimen de acogida, porque ella quería vivir con un grupo de amigos.

HELLINGER El régimen de acogida está bien, pero la adopción va demasiado lejos. Sobrepasa aquello que el niño necesita. De esta manera se corta el vínculo con sus padres.

KARL De momento aún no lo entiendo muy bien, porque la relación con su madre biológica sigue siendo exactamente la misma de antes.

HELLINGER La relación del niño con su madre biológica ya no es la misma de antes; eso es lo grave. Les quitaste sus derechos y su responsabilidad, tanto a la madre como al padre. ¿Qué pasa con este, por cierto?

KARL El padre es turco y está casado en segundas nupcias con una mujer turca. Tiene más hijos con ella y ha abandonado la relación con este niño.

HELLINGER ¿Por qué el hijo no puede ir con su padre? ¿Tienes miedo de que se haga musulmán? ¡Debería hacerlo!

KARL No habría ningún problema si lo hiciera.

HELLINGER Ese es el mejor lugar para él. Tiene que ir con su padre, está clarísimo.

KARL Tengo que pensármelo.

HELLINGER ¿Sabes lo que ocurre con eso de «pensármelo»? Es como lo de aquel cura que, después de unos ejercicios espirituales, decía: «¡Maldita sea! Después de los ejercicios siempre necesito unas seis semanas para volver a ser el mismo de antes».

Afrontar el riesgo

BRIGITTE Me llamo Brigitte, soy psicóloga y tengo una consulta propia. Tengo cuatro

hijas de mi primer matrimonio; me divorcié de mi primer marido, que, más tarde, se murió. Después volví a casarme y tengo dos hijastras de este matrimonio. Vivo muy distanciada de mi marido para conservar mis energías. Estoy aquí para aprender algo sin esforzarme demasiado.

HELLINGER Eso no tiene lugar aquí. ¿Qué quieres realmente?

BRIGITTE No quiero involucrarme más de lo que por el momento pueda asumir interiormente.

HELLINGER Me parece demasiado arriesgado admitir a alguien que no esté dispuesto a asumir el riesgo de un compromiso personal, ya que esa actitud cohíbe lo íntimo. Por tanto, quisiera advertirte de que lo que aquí hacemos no es solamente para observar.

BRIGITTE Tampoco quería decir eso. Pero, como algunos de los participantes de este grupo son estudiantes míos y el grupo es tan grande, quisiera contenerme un poco. Sin embargo, estoy dispuesta a hacer lo que se me exija para poder participar.

HELLINGER Te he dicho las reglas y las has captado. Así que, por mí, el asunto está arreglado. Pero de todos modos te contaré una historia.

Más o menos

En Estados Unidos, un profesor de psicología llamó a uno de sus estudiantes, le dio un billete de un dólar y otro de cien dólares y le dijo:

–Ve a la sala de espera. Allí hay dos hombres: a uno le das el billete de un dólar; al otro, el de cien dólares.

El estudiante pensó: «¡Ya está otra vez con sus manías!» Después, cogió el dinero, fue a la sala de espera y le dio a uno de los hombres el billete de un dólar, y al otro, el de cien dólares. Sin embargo, no sabía que el profesor, antes, le había dicho al primero:

–Después te darán un dólar.

Y al otro:

–Después te darán cien dólares.

Por casualidad, el estudiante le dio el dólar a aquel que esperaba un dólar y al otro, que esperaba los cien dólares, le dio el billete de cien.

HELLINGER *(Sonríe)* Curioso, ahora me pregunto qué pinta esta historia aquí.

La doble transferencia

CLAUDIA Me llamo Claudia. Soy psicóloga y no solo trabajo de psicoterapeuta, sino también de perito judicial en asuntos de derecho de familia. Además, doy cursos de psicología a personas a las que retiraron el permiso de conducir. Mi estado: estoy divorciada, lo cual es algo embarazoso para mí, porque tan solo estuve casada durante medio año, y me pregunto si se podrá considerar realmente un matrimonio, o un divorcio.

HELLINGER Estuviste casada y eso ya no se puede borrar. ¿Tienes hijos?

CLAUDIA No, no tengo hijos.

HELLINGER ¿Por qué os separasteis?

CLAUDIA Porque fue horrible. Es decir, nos casamos poco tiempo después de conocernos, nos decidimos relativamente rápido, y después lo encontraba todo horrible.

HELLINGER Tú lo encontrabas horrible; ¿él también?

CLAUDIA Me esforcé por hacerlo horrible también para él.

HELLINGER ¿Y quién fue la mujer mala de tu sistema, a la que imitaste?

CLAUDIA En todo caso, la madre.

HELLINGER Busquemos aún a otra más. La pregunta es: ¿qué mujer de tu sistema de origen tenía motivos para estar enojada con un hombre? Cuando ocurre algo como lo que acabas de describir, la dinámica de fondo frecuentemente es una doble transferencia. ¿Sabes lo que es eso?

CLAUDIA No.

HELLINGER Te pondré un ejemplo. En un curso de Jirina Prekop, en el que demostraba su terapia de sujeción, animó a una pareja a que se sujetaran mutuamente. De repente, la cara de la mujer se transformó y se puso furiosa con su marido sin que hubiese ningún motivo aparente. Al verlo, le dije a Jirina:

–Mira cómo va cambiando su cara. Eso te indica con quién está identificada.

En esos momentos, la cara de la mujer parecía la de una persona de 80 años, aunque ella misma no tenía más de 35. Le dije:

–¡Fíjate en tu cara! ¿Quién tenía una cara así?

Ella respondió:

–Mi abuela.

Le pregunté:

–¿Qué pasó con esa abuela?

Me dijo:

–La abuela era una tabernera, y el abuelo a veces la arrastraba por los pelos a través del comedor, delante de todo el mundo; y ella lo aguantó.

¿Puedes imaginarte lo que esa abuela debió de sentir realmente? Estaba furiosa con su

marido, pero no lo expresaba. Así pues, esa rabia reprimida fue adoptada por su nieta. Esta es la transferencia en el sujeto, es decir, de la abuela a la nieta. Ahora bien, no fue el abuelo quien recibió esa rabia, sino el marido de la nieta. Esta es la transferencia en el objeto: del abuelo al marido. Para la mujer resulta menos arriesgada, ya que su marido la quiere y lo tolera. Esta sería, pues, la dinámica de la doble transferencia. Pero nadie es consciente de ella. La cuestión es si hubo algo así en tu caso.

CLAUDIA Que yo sepa, no.

HELLINGER Si hubiera sido así, aún le deberías mucho a tu marido.

CLAUDIA Hm.

HELLINGER Exacto. *(Claudia se ríe)* ¿Te he pillado?

CLAUDIA No. Pero estaba pensando que estoy contenta de que le vaya bien.

HELLINGER Eso sucede porque uno se siente culpable. Pero no podremos comprobarlo si no seguimos trabajando. De momento, no es más que una hipótesis.

La primera mujer

GERTRUD Me llamo Gertrud. Soy médica de medicina general y tengo mi propia consulta. Estoy soltera y tengo un hijo que pronto cumplirá 19 años.

HELLINGER ¿Qué pasa con su padre?

GERTRUD No lo he visto desde hace unos cinco años.

HELLINGER ¿Qué pasa con él?

GERTRUD Está casado y tiene tres hijos de ese matrimonio. Desde hace aproximadamente cinco años tiene otra hija más con otra mujer. Pero eso es asunto suyo; como ya dije, no he hablado con él desde hace cinco años.

HELLINGER ¿Ya estaba casado cuando lo conociste?

GERTRUD De hecho, este ya es su tercer matrimonio. En aquel entonces también estaba casado, me parece que por segunda vez, pero se encontraba en vías de divorcio. Lo conozco desde la escuela y ya entonces fuimos novios. Después nos separamos. Él se fue a Hamburgo y se casó. Se casó por segunda vez para hacerle un favor a una mujer, para que ella pudiera salir de Hungría. Después se divorciaron y él se casó nuevamente.

HELLINGER Eso no se puede hacer; uno no puede casarse para hacer un favor a otro. ¿Tuviste una relación íntima con él ya antes de que se casara por primera vez?

GERTRUD Sí.

HELLINGER Entonces tú eres su primera mujer. Tú tienes prioridad ante todas las demás. Una buena sensación, ¿verdad?

GERTRUD Sí, sí, pero es difícil.
HELLINGER ¿Qué es tan difícil?
GERTRUD Pues ahora no tengo la necesidad de tener esa sensación. Ahora ya no.
HELLINGER La prioridad no depende de lo que uno sienta.
GERTRUD ¿No?
HELLINGER Son realidades que existen independientemente de los sentimientos.

La felicidad da miedo

HELLINGER Te diré algo de la felicidad: la felicidad se experimenta como peligrosa, porque nos convierte en solitarios. Lo mismo se aplica a la solución: se experimenta como peligrosa porque nos convierte en solitarios. Con los problemas y con la desdicha, sin embargo, nos encontramos acompañados. Los problemas y la desdicha van unidos a una sensación de inocencia y de felicidad. La solución y la felicidad, en cambio, van unidas a una sensación de traición y de culpa. Por eso, la solución únicamente es posible cuando la persona afronta esta culpa. Si bien no se trata de una culpa razonable, se experimenta como tal. Por este motivo, el paso del problema a la solución es tan difícil. Significa que tendrías que dar un cambio total si fuera cierto lo que te he dicho, y si tú lo aceptaras así.

El hijo representa al hermano de la madre

HARTMUT Aún necesito tiempo para acostumbrarme a esta concentración en las relaciones familiares. Me llamo Hartmut y soy asesor de empresas. Al mismo tiempo trabajo científicamente en mi rama, es decir, en el campo de la filosofía de la religión. Tengo tres hijas de dos matrimonios. Desde hace siete años estoy separado y vivo solo, pero seguimos casados y me encuentro con mi mujer una vez al año. Las hijas de mi primer matrimonio tienen 30 y 27 años, la del segundo tiene ocho años.
HELLINGER ¿Y qué quieres hacer aquí?
HARTMUT Quiero ver con claridad hasta qué punto debería entregarme en cualquier tipo de relación humana. He desarrollado una fuerte tendencia a la vida solitaria y tengo la sensación de que salgo perdiendo. Tengo un gran potencial de amor, pero no sé adónde dirigirlo.
HELLINGER Configuraremos a tu familia de origen. ¿Has hecho una constelación familiar

alguna vez? ¿Sabes cómo funciona?

HARTMUT Sin seguir determinadas reglas, pero me he montado algún esquema.

HELLINGER Ese esquema es falso con toda seguridad. No sirve más que para defenderte. Todo lo que una persona idea anteriormente sirve para la defensa. También lo que le cuenta al terapeuta acerca de sus problemas sirve para la defensa. Solo cuando la persona actúa, el asunto va en serio. De acuerdo, ¿quién podría representar a tu padre?

HARTMUT Robert podría hacerlo, porque...

HELLINGER No tienes que dar razones. ¿Cuántos hermanos tienes?

HARTMUT Tengo dos hermanos y una hermanastra. Por eso dudaba. Pero no me crié con esa hermanastra.

HELLINGER ¿De quién es hija esa hermanastra?

HARTMUT De mi padre.

HELLINGER ¿Estaba casado anteriormente?

HARTMUT No. Después del divorcio se volvió a casar, y más tarde nació mi hermanastra. Mi madre no volvió a casarse.

HELLINGER ¿Hubo algún matrimonio, compromiso o relación seria de uno de tus padres antes de su matrimonio?

HARTMUT No. Pero mi madre hubiera querido casarse con otro hombre que, más tarde, fue mi padrino.

HELLINGER Este nos interesa. ¿Alguien más que pudiera ser importante?

HARTMUT El hermano de mi madre es extremadamente importante.

HELLINGER ¿Qué pasa con él?

HARTMUT Mi madre siempre quería vivir con él; también quería formarme siguiendo su modelo.

HELLINGER ¿Es sacerdote o algo así?

HARTMUT No, era un actor famoso.

HELLINGER ¿Ella quería vivir con él?

HARTMUT Sí, en el fondo lo prefería a mi padre.

HELLINGER Esto lo miraremos más tarde. Primeramente haremos la constelación con el padre, la madre, los hermanos, la segunda mujer del padre, tu hermanastra y el amigo de la madre. Para cada uno de ellos elige a alguien del grupo que lo represente: hombres para hombres o niños, mujeres para mujeres o niñas. Después, ponlos en relación unos con otros, únicamente siguiendo la intuición del momento; por ejemplo: ¿qué distancia hay entre la madre y el padre, y en qué dirección miran? Coloca a cada uno en su lugar sin decir ni explicar nada. Y hazlo centrado y con seriedad; si no, no funciona. *(Hartmut elige a los representantes y los relaciona en el espacio: coloca a la madre detrás de su*

propio representante, y al compañero de ella, detrás de ella, un poco hacia la izquierda. A su hermana y a su hermano los coloca juntos, hacia la derecha de su madre, pero a una cierta distancia de ella. A su padre y a la segunda mujer de este los posiciona a una cierta distancia, enfrente de los demás. La hija de la segunda relación del padre se encuentra entre él y su madre. A Hartmut) Ahora da una vuelta alrededor y corrige lo que haga falta. *(A continuación, Hellinger se dirige a los representantes)* ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE Me encuentro muy aislado aquí. Mi familia anterior está lejos, y hay algo a mis espaldas que ni siquiera veo.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la madre?

MADRE Tengo contacto con mi ex marido. Antes estaba paralizada y ensimismada.

HELLINGER ¿Cómo te sientes?

MADRE Impotente. Incapaz de actuar.

HELLINGER ¿Y qué sientes hacia el amante, el padrino de Hartmut?

MADRE Me respalda, pero al mismo tiempo también me persigue. Mis sentimientos son más bien ambiguos.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el amante, el amigo?

AMIGO DE LA MADRE Ambiguo, también lo diría así. Encuentro atractiva y también simpática a la mujer, y también noto una relación con ella. Pero en este marco no me gusta. Me siento inmovilizado y bloqueado.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el hijo mayor?

PRIMER HIJO Cuando me han puesto aquí, he pensado «¡Uf!», y tuve la sensación de que en seguida alguien intentaría atraparme, curiosamente, en las pantorrillas. Las tengo calientes y siento como si un perro intentara morderme. Más bien parece algo cálido, pero también peligroso. Hacia el padre siento una cierta calidez, aunque parece que se escape hacia este lado. Con los hermanos detrás de mí, la relación es prácticamente nula. La segunda mujer del padre y la hermanastra no tienen ninguna importancia para mí.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la segunda hija?

SEGUNDA HIJA Me encontraba muy bien cuando la madre aún se encontraba a mi lado, mientras se configuraba la constelación. Ahora no me encuentro tan bien.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el tercer hijo?

TERCER HIJO Mi vista alcanza a mis padres, pero no puedo decidirme. Me siento atraído por mi padre, pero no puedo salir de aquí.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la segunda mujer?

SEGUNDA MUJER Me pregunto por qué mi marido no puede darse la vuelta hacia mí.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hermanastra?

CUARTA HIJA En un principio me sentía excluida y también encontraba amenazante al padre. Desde que la madre está detrás de mí, me encuentro mejor. Pero el padre me corta el paso.

PRIMER HIJO Desde que me encuentro aquí, cada vez noto más calor aquí delante y quisiera coger algo.

HELLINGER *(A Hartmut)* Ahora pon también al hermano de tu madre. *(Hartmut posiciona al hermano de la madre delante de ella, hacia la izquierda, mirándola)* ¿Qué cambia para el hijo mayor?

PRIMER HIJO El lado izquierdo me tira y me pregunto qué quiere este aquí.

HELLINGER ¿Es mejor o peor?

PRIMER HIJO La fuerza que antes tenía ahora se desvía hacia la izquierda. Siento que aquí me desgarran. Así no va. Aún hay un poco de fuerza que va hacia el padre. Detrás está todo cargado, y hacia la izquierda hay algo que se escapa.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el hermano de la madre?

HERMANO DE LA MADRE No sé muy bien para qué me habrán puesto aquí.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la madre ahora?

MADRE Me siento muy apretada.

HELLINGER ¡Y tanto!

MADRE Sí. *(Se ríe)*.

HELLINGER *(A Hartmut)* ¿Estaba casado el actor?

HARTMUT No; y hace mucho que murió.

(Hellinger modifica la constelación. Posiciona a los hijos del primer matrimonio del padre a la izquierda de este. A la madre y al hermano de esta los coloca enfrente de ellos, a una cierta distancia y hacia la izquierda. Al compañero de la madre lo posiciona aparte).

HELLINGER ¿Qué tal ahora para la segunda mujer?

SEGUNDA MUJER Noto que me resulta agradable tener a todos estos aquí. Tengo la sensación de que así está bien.

HELLINGER ¿Qué tal para el hijo mayor? ¿Mejor o peor?

PRIMER HIJO De repente hay claridad aquí. Este es un buen lugar.

HELLINGER ¿Qué tal el padre?

PADRE Ahora puedo dirigirme también a mi familia actual.

(Hellinger modifica nuevamente la imagen. Coloca a los hijos del primer matrimonio del padre a la derecha de este. A la segunda mujer la posiciona a la izquierda del padre y a la hija que tienen en común, a la derecha de la segunda mujer. Posteriormente, indica a la madre y a su hermano que se giren y aparten la mirada de los demás. El

compañero de la madre puede sentarse, ya que obviamente ya no tiene ninguna importancia).

HELLINGER ¿Qué tal así para el padre?

PADRE Así me encuentro muy bien. Puedo mirar tranquilamente a mi primera mujer; mi matrimonio con ella fue un intento fracasado. La nueva relación me parece correcta, y me gusta tener a mis hijos tan cerca.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el tercer hijo?

TERCER HIJO Me gustaría tener más contacto con mi madre.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hija?

SEGUNDA HIJA Aquí, en este círculo, me parece bien.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el hijo mayor?

PRIMER HIJO Muy bien. De repente, también mi hermanastra y su madre forman parte. Que mi madre se vaya me parece correcto.

HELLINGER ¿Y cómo se encuentra la madre ahora?

MADRE Me gustaría mirar hacia mis hijos.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra su hermano?

HERMANO DE LA MADRE Me encuentro bastante bien aquí. Espontáneamente, siento el deseo de hacer algo.

HELLINGER *(A Hartmut)* ¿Qué te parece esta constelación?

HARTMUT Naturalmente, no puedo reconocer la situación real en todo esto; pero tampoco sería este el objetivo. Esto habría sido una solución viable si también los hijos hubieran accedido a ella. Pero es justamente la solución que no se dio nunca; por tanto, tiene un aire utópico para mí.

HELLINGER Los comentarios frecuentemente no sirven más que para cuestionar y evitar la solución. Simplemente quería saber cómo te encuentras cuando ves todo esto.

HARTMUT No muy entusiasta. Pero sí que pienso: «¡Qué pena que no haya sido así!» En el fondo, debería callarme.

(Hellinger da la vuelta a la madre y a su hermano, de manera que miren otra vez a la familia. Al mismo tiempo coloca a la madre a la izquierda de su hermano para que se encuentre más cerca de sus hijos).

HELLINGER *(A los representantes)* ¿Es mejor o peor así?

PRIMER HIJO Noto más calor.

SEGUNDA HIJA Peor.

HELLINGER ¿Para la madre?

MADRE Para mí, mejor.

HERMANO DE LA MADRE Para mí, también.

HELLINGER *(Al grupo)* Esta mujer engañó a su marido, porque no lo quiso. Por tanto, en el fondo debería darse la vuelta. Ha perdido el derecho de mirar en esta dirección. *(Gira tanto a la madre como a su hermano, colocando luego a la madre detrás de su hermano. A los representantes)* ¿Qué tal esto?

MADRE Es correcto así.

HELLINGER Exacto. Ahora podéis ver con quién está identificado Hartmut. Ahora la madre se encuentra exactamente en la misma posición respecto de su hermano de la que antes tenía respecto de su hijo mayor. Hartmut está identificado con este hermano.

PRIMER HIJO Me pasan escalofríos por la espalda y me viene a la mente la frase «¡Pobre madre!»

HELLINGER *(Al grupo)* En esta familia se desarrolla un drama en el que ni el padre ni los hijos pueden influir. Tampoco sabemos por qué ocurre así. No podemos intervenir; tenemos que dejar que tome su curso. Para Hartmut, la única solución es ponerse al lado de su padre.

HELLINGER *(A Hartmut)* ¿Quieres ponerte tú mismo en tu lugar?

HARTMUT Sí.

(Hartmut ocupa su lugar en el cuadro familiar).

HELLINGER Este es el orden. Aún quisiera decirte cómo manejar todo esto. En tu interior tenías una imagen trastornada de tu familia, en el sentido literal de la palabra. Y así de trastornada la has configurado también en un principio. Después, la hemos modificado y configurado un orden, de modo que ahora tienes la posibilidad de dejar que *esta nueva imagen* llegue a tu interior y que la imagen antigua sea superada por la nueva. Entonces serás un hombre transformado sin que tenga que cambiar ninguna persona más, ni tampoco la situación. Tú cambias porque en tu interior llevas una imagen del orden. Así, también puedes relacionarte de manera muy distinta con tu familia actual, ya que, en la posición que ocupabas, identificado con otra persona a quien tu madre amaba más que a tu padre, ninguna mujer podía sostenerte, ni tú podías sostener a ninguna mujer. ¿Te ha quedado claro? De acuerdo, ya está.

La diferencia entre estar identificado y seguir un modelo

IDA ¿Cómo pudo desarrollarse la identificación de Hartmut con su tío en este sistema?

HELLINGER De manera inconsciente, su madre buscaba a alguien que en el sistema actual representara a su hermano, a quien tuvo que dejar en su sistema de origen. Por tanto, el hijo mayor adoptó el papel de hermano para ella sin que ni él mismo ni su madre ni nadie más lo advirtiera.

HARTMUT Pero hay una diferencia entre el hecho de que mi madre me induzca a adoptar el papel de su hermano, que perdió de joven y que yo conocí, y el hecho de que yo tome a este hombre como modelo, cosa que no hice. Serían dos tipos de identificación diferentes, ¿verdad?
HELLINGER No. Un modelo no es ninguna identificación. Un modelo se tiene presente. Por tanto, estoy separado del modelo; puedo seguirlo o no; es decir, soy libre. Estando identificado, sin embargo, no soy libre. Muchas veces ni siquiera sé que estoy identificado. Por este motivo, al estar identificado, me siento enajenado de mí mismo. En cambio, siguiendo un modelo no me siento enajenado.
HARTMUT ¡Eso da en el clavo! Es decir, empleas la palabra identificación para describir objetivamente un proceso que nadie inició conscientemente.
HELLINGER Sí. Tampoco hay ningún culpable. La madre no te eligió para la identificación; no se le puede reprochar nada. Es una dinámica que resulta de una constelación determinada sin que nadie lo pretenda conscientemente, y sin que el hijo pueda defenderse.
HARTMUT Es decir, todos son víctimas.
HELLINGER Sí. Todos se encuentran involucrados en implicaciones sistémicas, cada uno a su manera. Por tanto, es ocioso preguntar por culpas o culpables en este contexto.

El principio minimalista

DAGMAR ¿Quiere decir que no es necesario configurar también a la familia materna para averiguar lo que pasó allí?
HELLINGER ¡Por Dios, dónde irías a parar! Hartmut no lo necesita; ya ha visto con toda claridad la solución. Ya no es posible reconstruir lo demás. Intentándolo, nos moveríamos a un nivel de imaginaciones. Por eso, *las grandes reconstrucciones familiares* frecuentemente acaban siendo confusas y aportan poco a la solución. Hartmut tiene todo lo que necesita para actuar, y, una vez encontrados estos elementos, doy por acabado el trabajo. Lo importante es no hacer más de lo que la persona necesita para hallar la solución. Nunca busco soluciones para personas que no están presentes, es decir, me atengo al *principio minimalista* limitándome a encontrar la solución para la persona afectada en este caso concreto, y ahí se acaba. En seguida paso a lo siguiente. Tampoco me gusta hacer largos análisis posteriores. Esto es una excepción por tratarse de un curso de formación para terapeutas. En circunstancias normales no habría que hacerlo así, ni tampoco comprobar el efecto de una terapia. Todo eso resta fuerza.

La individuación merma la unión estrecha en una relación

IDA ¿No es cierto que los hijos en este sistema, tal como se ha configurado aquí, también recibieron algo importante, precisamente por existir este sistema de esta forma?

HELLINGER Sí, naturalmente. A través de esta constelación, aunque fuera una carga, los hijos recibieron la vida. Pero una constelación de este tipo también frena su desarrollo. Aquí, por ejemplo, el hijo ha tomado sobre sí algo que lo frenó en su desarrollo. Ahora tiene la posibilidad de superarlo. El desarrollo en la familia de origen y en nuestras relaciones actuales tiende a la individuación. Es decir, cada persona se va desprendiendo progresivamente de sus relaciones. Al mismo tiempo, este desprendimiento aspira a la integración en un contexto mayor en el que la persona se encuentra vinculada y, a la vez, desprendida. Algo semejante sucede cuando una persona, en una aldea en la montaña, donde todo es estrecho y apretado, empieza a subir una cuesta, cada vez más alto, y poco a poco llega a tener una vista más amplia. Sin embargo, cuanto más alto sube, tanto más solo se encuentra. A pesar de todo, se encuentra en un contexto mayor que antes. El desprendimiento de lo más próximo, por tanto, nos relaciona con algo mayor, aunque nos cueste el precio de una mayor soledad. Por eso, a muchos les parece tan difícil dar el paso del vínculo estrecho a algo nuevo y amplio. Pero toda relación estrecha tiende a desarrollarse hacia algo más grande y amplio. Por eso, la relación de pareja, al alcanzar su punto culminante con el nacimiento del primer hijo, pierde algo de su intensidad y comienza a desarrollarse hacia la amplitud. La relación se enriquece, pero la unión estrecha disminuye, tiene que disminuir. Al comenzar una relación, algunos piensan que siempre permanecerán estrechamente unidos. Una relación, sin embargo, también es una parte del proceso de morir. Toda crisis en una relación se vive como un morir, y realmente es parte de nuestro morir. Se pierde algo de la unión estrecha y a otro nivel se da una nueva calidad en la relación. No es como antes, es más serena y desprendida, y más amplia también.

IDA ¿No es el amor, entonces, el que se pierde?

HELLINGER No, no, el amor puede ser más grande, mucho más grande, pero tiene otra calidad.

Amor y orden

HELLINGER Muchos problemas se desarrollan porque las personas piensan que a través del razonamiento, del esfuerzo o del amor –tal como nos lo exige, por ejemplo, el Sermón de la Montaña– podrían superar el orden. El orden, sin embargo, nos viene dado

y no es posible sustituirlo por el amor. Sería ilusorio. Hay que volver al orden, al punto de la verdad: solo ahí encontramos la solución.

HARTMUT Antes, de pasada, has dicho una frase cruel: que el amor no servía de nada, ni solucionaba nada en un caso así. Es decir, no es posible solucionar un problema así con amor. De hecho, lo intenté, de muchas maneras diferentes, y fracasé. Pero es terrible comprenderlo así.

HELLINGER El amor es una parte del orden. El orden precede al amor, y el amor únicamente puede desarrollarse en el marco del orden. El orden nos viene dado. Pretendiendo invertir esta relación, queriendo cambiar el orden a través del amor, se fracasa forzosamente. Es imposible. El amor se subordina a un orden y después puede prosperar, de la misma manera que una semilla se hunde en la tierra para crecer y florecer ahí.

HARTMUT Entonces estoy realmente «trastornado» o me comporté como si lo estuviera.

HELLINGER Sí. Pero ahora tienes la posibilidad de arreglarlo. Algunas personas son capaces de recuperar mucho en poco tiempo –si actúan. Confesar tus culpas y quejarte, sin embargo, no es más que aplazar la acción. Así se impide el actuar y se fomenta la debilidad.

El orden de origen

DAGMAR Has configurado el sistema de Hartmut con un cierto orden jerárquico. ¿De qué tipo de orden se trata?

HELLINGER Existe una jerarquía en función del comienzo de la pertenencia a un sistema. Este sería el orden de origen, que depende de la sucesión temporal de la pertenencia. Por eso, en el sistema de Hartmut, la primera mujer tiene prioridad sobre la segunda, y el hijo mayor, sobre los hermanos menores. Cuando se configura a una familia de acuerdo con este orden, por ejemplo, formando un círculo, las personas de rango inferior se encuentran siempre a la izquierda de las personas de rango superior, siguiendo el sentido de las agujas del reloj. El ser se define y obtiene su rango gracias al tiempo. El tiempo le confiere su estructura. El que estuvo primero en un sistema tiene prioridad sobre aquel que vino después. Por tanto, el primogénito tiene prioridad sobre el segundogénito, y la relación de pareja sobre la paternidad. Lo mismo se aplica al sistema familiar. Pero también los sistemas entre sí conocen una jerarquía, esta vez organizada a la inversa. El nuevo sistema tiene prioridad sobre el antiguo. Así, por ejemplo, la familia actual tiene prioridad sobre la de origen. Siempre que este principio se invierte, se fracasa. Para la

madre de Hartmut, por ejemplo, el sistema de origen tenía prioridad sobre el sistema actual; por eso fracasó.

DAGMAR Es decir, existe una prioridad temporal, y después existe la prioridad de lo actual; ¿te he entendido bien?

HELLINGER En el seno de un sistema existe la prioridad en función del comienzo de la pertenencia a ese sistema. En la sucesión de los sistemas, sin embargo, la nueva familia tiene prioridad sobre la antigua.

La prioridad de la primera relación íntima

FRANK Así, también tendría que haber una prioridad entre sistemas en función de su calidad, es decir, entre un sistema natural, o sano, y otro no natural, o enfermizo.

HELLINGER No, ese tipo de distinción no es admisible. El primer vínculo íntimo que una persona establece tiene prioridad sobre el segundo, independientemente de la calidad del primero. Esto significa que la segunda relación establece un vínculo menos fuerte que la primera. *La profundidad del vínculo disminuye con cada relación.* Pero «vínculo» no es equivalente a «amor». Es posible que el amor en una segunda relación sea más grande, pero el vínculo es menor. La profundidad de un vínculo puede deducirse del grado de culpa que una persona siente al abandonar una relación: al tratarse de una segunda relación, se siente menos culpa que con la primera.

HARTMUT Me siento muy fresco y cargado de energías, como si siguiese el lema «La verdad os hará libres», como al principio de una liberación.

Jerarquías

HELLINGER Quisiera decir algo acerca de las diversas jerarquías, sobre todo, respecto del orden de origen. Todo grupo dispone de una jerarquía que resulta del momento en que cada uno inicia su pertenencia al grupo. Es decir, quien entró en un grupo antes tiene prioridad sobre aquel que vino después. Esto se aplica tanto a la familia como a las organizaciones.

La jerarquía en el seno de la familia

TODOS los procesos trágicos en las familias se deben a que un miembro pospuesto atenta

contra el orden de origen. Es decir, se arroga un derecho que propiamente sería de un integrante antepuesto, aunque en muchos casos se trate de una arrogación objetiva, no subjetiva.

Este sería el caso de un hijo que intenta expiar una culpa en lugar de sus padres, o que asume, en otro contexto, las consecuencias de una culpa de los padres; eso sería una arrogación. Pero el hijo no se da cuenta de esta arrogación, ya que actúa por amor. No escucha ninguna voz en su conciencia que le advierta del peligro. Por eso, todos los héroes trágicos están ciegos al pensar que hacen algo bueno y grande. A pesar de todo, esta convicción no los protege de su ruina. Alegar la buena intención o la buena conciencia –lo cual, en la mayoría de los casos, ocurre posteriormente– no varía ni el resultado ni las consecuencias.

El niño no puede defenderse contra esta arrogación, dado que se siente impulsado por su amor y por las mejores intenciones. Es tan solo de adulto que llega a comprender la situación real, pudiendo así librarse de las ataduras y retirarse al lugar que le corresponde. Sin embargo, le resulta difícil retirarse de la posición arrogada, porque de repente se ha de sostener sobre sus propios dos pies. Así tiene que volver a empezar desde abajo y apoyarse exclusivamente en los propios recursos y méritos. Por otra parte, este es el único lugar que le permite estar en contacto con su interior, con su centro. En la posición arrogada se encuentra enajenado de sí mismo y de su centro.

Por tanto, en terapia familiar el interés se centra sobre todo en descubrir dónde la persona se arroga un derecho que no le corresponde. Es esto lo que se arregla en un primer lugar.

La intimidad es exclusiva

Un hijo no debe nunca conocer detalles que pertenecen a la relación de pareja de los padres. Es algo que no le interesa a un hijo, ni tampoco a nadie más. El revelar detalles de la relación íntima constituye un abuso de confianza de graves consecuencias, ya que rompe la relación. *Lo íntimo siempre debe ser un secreto para terceros.* Solo debe ser compartido por las dos personas que mantienen esa relación. Así, por ejemplo, un hombre no debe contarle a su segunda mujer nada de la relación íntima con su primera mujer. Todo lo que pertenece a la relación de pareja se mantiene como un secreto bien guardado entre el hombre y la mujer. El hecho de que los padres cuenten detalles de este tipo a sus hijos afecta muy negativamente a estos. Así, por ejemplo, en caso de un aborto voluntario, los hijos no deberían saber nada, por tratarse de un hecho que pertenece a la relación íntima de los padres. Ante un terapeuta también hay que hablar de este tema de forma que el cónyuge permanezca protegido; de lo contrario, la relación se rompe.

La prioridad en un divorcio

UNA PARTICIPANTE Qué ocurre cuando unos padres se separan y los hijos preguntan: «¿Por qué os separáis?»

HELLINGER Se les dice: «Eso no es asunto vuestro. Nos separamos, pero seguimos siendo padre y madre para vosotros». No es la relación entre padres e hijos la que se divorcia. Pero frecuentemente, en un divorcio los hijos son adjudicados a uno de los cónyuges, con lo cual, implícitamente, se le retiran al otro. Sin embargo, no es posible quitarles los hijos a los padres. Estos conservan todos sus derechos y todas sus obligaciones, también después del divorcio. Es tan solo la pareja la que se separa. Tampoco hay que preguntarles a los hijos con quién quieren ir. De lo contrario, ellos se encuentran en la situación de tener que decidirse entre sus padres, a favor de uno y en contra del otro. No es lícito exigirles eso. Los padres aclaran entre ellos dónde irán los hijos y después se lo dicen. Aunque los hijos protesten, se encuentran interiormente libres y contentos de no tener que decidirse entre los padres.

PARTICIPANTE ¿Acaso no hay también muchos padres que intentan justificarse ante los hijos contándoles lo que no fue bien entre ellos como pareja?

HELLINGER Tenéis que partir de la base de que en la mayoría de los casos las separaciones se dan sin que haya culpa alguna por ninguna de las partes; por regla general, son inevitables. El que busca culpables o culpas, bien en sí mismo, bien en el otro, se niega a afrontar lo ineludible. Implícitamente se hace ver que habría podido llegarse a otra solución, si tan solo... Pero eso no es cierto. Las separaciones son el resultado de implicaciones sistémicas; cada uno de los cónyuges se encuentra involucrado de una manera especial. Por tanto, yo como terapeuta no miro nunca quién o qué podría tener la culpa. Les digo: «Vuestra relación se acabó, y ahora afrontad el dolor de que todo terminó, aunque en un principio teníais las mejores intenciones». Si realmente afrontan el dolor, pueden separarse en paz y arreglar tranquilamente los asuntos pendientes. Después, cada uno de ellos está libre para el futuro. Este es mi proceder, que alivia a todos los afectados.

PARTICIPANTE Colaboré en un estudio sobre las consecuencias del divorcio para los hijos, y me interesaría conocer tu opinión al respecto. Siempre que las parejas informaban a los hijos de que tenían la intención de divorciarse, el primer impulso de los niños era pensar que ellos habían hecho algo mal y que los padres querían divorciarse por ese motivo.

HELLINGER Siempre que algo no funciona bien entre los padres, los hijos buscan la culpa en ellos mismos. Prefieren tener la culpa ellos en lugar de atribuírsela a sus padres. Por tanto, es un gran alivio para los hijos si los padres les dicen: «Nosotros, como pareja,

hemos decidido separarnos; pero seguimos siendo vuestros padres, y vosotros seguís siendo nuestros queridos hijos».

PARTICIPANTE Puedo aceptar este planteamiento. Pero muchas veces he tenido que ver cómo los hijos cuestionaban estas palabras porque al mismo tiempo veían la gran desilusión de sus padres. ¿Qué puedo hacer en un caso así?

HELLINGER Ya te he dado la solución. Sin embargo, aún hay otro aspecto importante en un divorcio: *después del divorcio, los hijos deben ir con aquel de los padres que más respete al otro cónyuge en los hijos.* Por regla general, este es el marido. El hombre tiende más a respetar a la mujer en los hijos, y no a la inversa. No sé por qué es así, pero se puede ver. Al asesorar a una pareja que desea divorciarse, hay que decirles que, para el bien de sus hijos, lo mejor es que cada uno de ellos continúe en los hijos el amor original al otro cónyuge, tal como fue en un principio e independientemente de lo que ocurriera más adelante. Es decir, se vuelve al principio, a los tiempos más entrañables para la mayoría de las parejas. Recordando estos sentimientos entrañables pueden mirar luego a sus hijos, incluso después del divorcio.

La jerarquía en las organizaciones

HELLINGER En las organizaciones, aparte del orden de origen, existe también una jerarquía que depende de la función que se desempeña y de la aportación hecha al conjunto de la empresa. Así, por ejemplo, la administración tiene prioridad sobre los demás departamentos, ya que su función consiste en crear la base para el funcionamiento de todos ellos, lo cual puede compararse con lo que sucede en una familia, donde el hombre tiene prioridad sobre la mujer. Pongamos por ejemplo una clínica: en este caso, el administrador se encuentra al lado del jefe, es su mano derecha. Las funciones del jefe y de la administración forman la base para todo lo demás en esta organización; solo después vienen los médicos, aunque, por el cometido mismo de toda clínica, parezcan el grupo más importante. *(Algo similar ocurre en la familia, donde la mujer, en lo que a los fines de la familia se refiere, parece más importante que el marido.)* Los médicos, por tanto, son el segundo grupo importante. Después siguen las enfermeras, también como grupo propio, después el personal auxiliar, por ejemplo, de cocina, a su vez como grupo propio. Es decir, entre todos estos grupos existe una jerarquía según sus funciones. Por otra parte, cada grupo cuenta tanto con una jerarquía según las funciones de sus miembros como con otra según el orden de origen. Es decir, el médico que entró antes en el grupo tiene prioridad sobre los que vinieron más tarde. El que entró en el grupo segundo ocupa el siguiente lugar, etcétera. Esta jerarquía no tiene nada que ver con las funciones de los diferentes miembros, únicamente depende del tiempo de pertenencia al

grupo. Ahora bien, cuando a uno de estos grupos se le designa *un jefe nuevo* que antes no formaba parte del grupo, este, de acuerdo con el orden de origen, ocupa el último rango en este sistema, aunque sea el jefe. Por tanto, tiene que dirigir el grupo como si por su rango fuera el último, lo cual le será fácil si considera su función un servicio para el grupo. Dirigir un grupo desde la última posición es especialmente efectivo, suponiendo que el jefe sepa cómo hacerlo. El que dirige desde la posición del último se gana a todos los demás, dado que respeta la jerarquía. Es decir, debe estar en primera fila y dirigir como si fuera el último. A veces existe una *jerarquía según el orden de origen también entre los diversos departamentos y grupos.* Así, por ejemplo, cuando en una clínica se crea un nuevo departamento, este ocupa el último rango después de todos los demás, a no ser que gane tal importancia que los demás departamentos dependan de él.

PARTICIPANTE En un caso así, ¿es posible que un jefe despida a una persona que ocupa un rango más alto porque entró primero en el grupo?

HELLINGER Si el jefe lo despide injustamente, el grupo se sentirá desconcertado y, al cabo de un cierto tiempo, se disolverá. Ahora bien, si la persona en cuestión cometió una falta, el despido es correcto. Es decir, si no cumplió sus obligaciones o si mostró ser incompetente, también puede ser remitido a un rango inferior. Sin embargo, no pierde su rango según el orden de origen; aquí se trata de dos ámbitos diferentes: por un lado, la función de la persona; por otro lado, el orden de origen. Una organización se desintegra cuando un grupo pospuesto se arroga un derecho que correspondería a un grupo antepuesto, por ejemplo, cuando la administración pretende dominar al jefe en vez de estar a su servicio, o cuando, en un subgrupo, una persona pospuesta se arroga un derecho que sería de una persona antepuesta. Naturalmente, entre los miembros de los diversos grupos existe *la lucha por la posición más alta, la posición de dirigente.* Eso no importa, siempre que su pretensión se fundamente en la competencia y en el rendimiento a favor del grupo, respetando al mismo tiempo la jerarquía del orden de origen. En un caso así, sería comparable a la lucha de los ciervos por las ciervas. Ahora bien, aunque el primer ciervo se retire, desplazado por otro, las ciervas se quedan. Lo mismo ocurre en cualquier organismo: cuando el primer ciervo se retira, desplazado por su sucesor, las ciervas se quedan. No quiero entrar en más detalle, pero cualquiera que observe este proceso con atención sabrá a lo que me refiero.

Objeciones

GERTRUD Naturalmente, esta jerarquía suscitó mi interés, y en seguida me asaltó una sensación, que ahora ya no puedo reconstruir: la sensación de que el padre de mi hijo

quizá sí que se hubiera casado conmigo en aquel entonces. Esa idea me sacudió y me pareció muy bien. Pero en seguida tuve que destruir esa buena sensación.

HELLINGER Hubo una vez un hombre que tenía mucha hambre. Cuando finalmente lo invitaron a sentarse a una mesa exuberante, dijo: «¡No puede ser, no me lo puedo creer!» Y siguió pasando hambre.

La decisión de no tener hijos

SOPHIE Me llamo Sophie. Tengo 37 años. Soy psicóloga y, desde hace medio año, tengo una consulta propia. En lo que a mi vida privada se refiere, estoy casada desde hace diez años.

HELLINGER ¿Tenéis hijos?

SOPHIE No, ahora mismo quería decirlo. Es un asunto que va cobrando importancia últimamente, ya que por nuestra edad hemos llegado a un punto que nos exige una decisión.

HELLINGER Ya está decidido.

SOPHIE ¿Ya está decidido? ¿Quieres decir que no tendremos hijos?

HELLINGER Sí.

SOPHIE Hm. ¿Cómo llegas a esta conclusión?

HELLINGER Se ve.

SOPHIE Sí, ya llevaba tiempo pensándolo.

HELLINGER Os habéis decidido de esta manera, y ahora asumid la decisión. Y ya está. De lo contrario, os quedaréis clavados en este punto.

Ser y no-ser

HELLINGER Quisiera decir algo fundamental al respecto. La persona que se decide a favor de algo, por regla general, tiene que renunciar a otra cosa a cambio. Aquello por lo que se decide es aquello que es, aquello que se realiza. En relación con lo que es y se realiza, lo otro, es decir, aquello a lo que la persona renuncia, es como un no-ser. Por tanto, todo ser, que existe y se realiza, está rodeado de un no-ser, de una existencia no realizada, sin la cual no sería concebible. Y este no-ser actúa. No se trata de una nada, sino solo de un no-ser. Por tanto, si menosprecio aquello que constituye el no-ser para mi ser, este no-ser merma mi ser. Si, por ejemplo, una mujer se decide a favor de seguir una carrera

profesional en lugar de formar una familia y tener hijos, y considera inferior a la familia, es decir, al hecho de casarse y tener hijos, entonces esta parte de su existencia que permanece sin realizar disminuye aquello que ella eligió; se va reduciendo. Pero, por otro lado, si ella valora la parte no realizada de su existencia, sacrificada por el bien de su carrera, entonces este no-ser incluso añade algo a aquello que ella eligió, permitiendo que crezca y aumente. ¿Comprendes?

SOPHIE Sí.

HELLINGER Bien. Así, si quieres, puedes aplicarlo a tu situación.

Las consecuencias para una relación de pareja

SOPHIE Pienso que no me decidí a favor de una carrera profesional, sino a favor de la relación, ya que, por lo visto, tengo la idea de que la relación se rompería si tuviéramos un hijo. Y, cuando has dicho que ya nos habíamos decidido en contra de tener un hijo, de repente me he dado cuenta de que era yo la que había tomado esa decisión, pero creo que no tengo el derecho de exigirle a mi marido que renuncie a tener hijos.

HELLINGER Si tu marido quiere tener hijos, pero tú no, significa que la relación se termina. Has de tenerlo en cuenta como consecuencia de tu decisión; de lo contrario, te engañas.Si tu marido, a pesar de todo, se decidiera por quedarse contigo, tendrías que valorarlo expresamente.

En pie de guerra

IDA Me llamo Ida y estoy aquí con Wilhelm, mi marido. Tenemos mucho trabajo en nuestro negocio, donde ocupo un cargo de mucha responsabilidad. Al mismo tiempo soy madre y ama de casa y me gustaría trabajar como psicóloga, pues es la profesión que estudié; pero aún no parece haber llegado el momento. La última vez que participé en uno de tus seminarios, me di cuenta de que estaba en pie de guerra contigo.

HELLINGER Siempre lo estuviste un poco.

IDA Un poco. Pero de momento echo de menos algo concreto. De alguna manera te había interiorizado y, siempre que me encontraba ante un problema acuciante, me decía «Escribiré a Bert», y empezaba a redactar una carta; la corregía una y otra vez, y, en algún momento, por la noche o durante el día, encontraba la solución sin molestarte. Pero desde hace dos años esto ya no me funciona.

HELLINGER Hay algo que no está solucionado aquí. Tú quieres algo de mí; eso es lo que

expresas cuando dices que estás en pie de guerra.

IDA Quisiera recuperar aquello, porque era algo bueno para mí.

HELLINGER Cuando hay algo que no funciona, hay que sustituirlo por algo mejor.

IDA ¡Ay, Bert, no lo encuentro!

HELLINGER Podemos buscar juntos, a ver si encontramos algo o a alguien mejor.

IDA Bueno, yo personalmente siento mucho que...

HELLINGER Te acabo de hacer una propuesta. ¿De acuerdo?

IDA Sí. Aún quería decir otra cosa más: ayer cogí las tijeras y me corté el flequillo.

HELLINGER Pero aún no lo suficiente. *(Risas en el grupo. En otra ocasión se había observado que las mujeres que llevaban el pelo de manera que les tapaba los ojos estaban confusas; y cuanto más largo estaba el pelo tanto mayor era la confusión)* ¿Algo más?

IDA Sí. A pesar de todo el jaleo que me rodea, me encuentro bien.

Malas notas de los hijos

WOLFGANG Me llamo Wolfgang. Trabajo en la Universidad y también me dedico a psicoterapia, un número reducido de horas. Ignoraba que aquí hubiera tantas posibilidades de trabajar asuntos personales. Estoy casado y tengo dos hijos. Desde hace tiempo me doy cuenta de que me afecta muchísimo cuando mis hijos sacan malas calificaciones en el colegio. Actualmente, ese es el caso de mi hijo.

HELLINGER ¿Cómo fue en tu caso, cuando eras pequeño? ¿Sacabas buenas notas en el colegio?

WOLFGANG Era extremadamente bueno en primaria, pero después, al cambiar a secundaria, tuve un bache del que nunca me recuperé del todo.

HELLINGER Cuando los niños sacan malas notas tienes que decirles: «A mí me pasó igual, tuve un bache del que nunca me recuperé del todo».

WOLFGANG Tengo que pensármelo.

HELLINGER Tienes que decírselo, no pensar. Simplemente decirlo. *(Al grupo)* ¿Se lo dirá? No se lo dirá. Evita la solución. *(A Wolfgang)* Una vez, una mujer me contó que estaba muy preocupada por su hija. Estaba enamorada de un tal Michael Jackson. Le había hecho un altar ante el que rezaba cada mañana, y cuando Michael Jackson tenía tos, ella tosía también. ¿Qué podía hacer? Le contesté:

–Dile: «Yo también era así».

¿Sabes cuál es el problema con una medicina buena? Uno puede tomarla y entonces

surte efecto. Pero el que antes la desmenuza, ya no puede tragarla tan bien.

Dolor transferido

ROBERT Me llamo Robert y trabajo como asesor de empresas. Tengo tres hijos adultos y vivo con el menor de ellos.

HELLINGER ¿Estás divorciado?

ROBERT Separado.

HELLINGER ¿Desde cuándo? *(Robert rompe a llorar)* ¡Mantén los ojos abiertos! Estos sentimientos te debilitan. Esto no lleva a ninguna parte. ¡Mírame a mí! ¿Me ves realmente? El color de mis ojos, ¿lo ves? *(Al grupo)* Hay que intentar dirigir su atención a otra cosa, así sale de este sentimiento. *(A Robert)* ¿Desde cuándo estás separado?

ROBERT Desde hace medio año.

HELLINGER ¿Quién se fue?

ROBERT Ella.

HELLINGER ¿Y qué pasó?

ROBERT Ella no quería seguir.

HELLINGER Céntrate en esta sensación que ahora tienes. ¿A qué época de tu vida pertenece?

ROBERT Creo que es muy antigua.

HELLINGER ¿Qué edad tiene el niño que tiene este sentimiento? *(Al grupo)* Podéis observarlo si lo miráis. *(A Robert)* ¿Qué edad tiene este niño, más o menos?

ROBERT Tres años.

HELLINGER Exacto. ¿Qué pasó cuando tenías tres años?

ROBERT Entonces murió mi hermana pequeña.

HELLINGER Tu hermana. Eso es. *(Al grupo)* Aquí hay una transferencia de una situación y de sentimientos, del pasado al presente. Con estos sentimientos no se debe trabajar en el presente; deben permanecer allí donde pertenecen, y allí deben ser trabajados. *(A Robert)* Configuraremos a tu familia actual ahora.

ROBERT No, no ahora. Solloza.

HELLINGER Te doy una última oportunidad.

La hija representa a la hermana fallecida del padre

(Robert configura la constelación de su familia actual con la ayuda de representantes. A su derecha se encuentra su mujer, y entre ellos, el tercer hijo. Enfrente de ellos se encuentra la primera hija, a la derecha de esta, no muy cerca, el segundo hijo).

HELLINGER *(A Robert)* ¿Alguno de vosotros estuvo casado anteriormente o comprometido?

ROBERT No.

(A continuación, Hellinger se dirige a los representantes).

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el marido?

MARIDO Me siento perdido aunque me encuentre en la fila.

HELLINGER ¿Cómo le va a la mujer?

MUJER Me siento torcida. Estoy mirando a mi hijo mayor y quisiera girarme.

HELLINGER ¿Y cómo te va emocionalmente?

MUJER No muy bien.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hija?

PRIMERA HIJA Tengo un buen lugar, pero en el fondo solo veo a mi padre.

HELLINGER ¿Cómo le va al hijo mayor?

SEGUNDO HIJO Bien, porque los veo a todos, pero de alguna manera me falta el contacto.

HELLINGER ¿Qué tal se siente el hijo menor?

TERCER HIJO Me encuentro en un enfrentamiento muy fuerte aquí, con mi hermano mayor, y no me siento nada bien. Por otra parte, es una sensación agradable estar, al menos aparentemente, tan arropado por mis padres.

MARIDO Aún quisiera añadir que no percibo a mi mujer, sino únicamente a mi hija. La sensación de estar perdido más bien venía de abajo. Hacia el menor de mis hijos siento mucha proximidad.

HELLINGER *(A Robert)* ¿Qué pasó con tu hermana menor?

ROBERT Se murió cuando yo tenía tres años.

HELLINGER ¿De qué?

ROBERT De una pulmonía.

HELLINGER Ahora introduce también a la hermana. *(Robert coloca a una representante de la hermana fallecida detrás de su hija. Al grupo)* Se ve que la hija está identificada con la hermana menor. Para el padre, representa a la hermana muerta. ¿Qué ha cambiado para el marido?

MARIDO Sentía escalofríos en todas partes.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hija ahora? ¿Mejor o peor?

PRIMERA HIJA Más excitada.

HELLINGER ¿Qué tal se siente la mujer?

MUJER Algo ha quedado claro para mí. Me encuentro diferente; en el fondo, mejor.

HELLINGER *(Al grupo)* La hermana es la persona más importante aquí. Un sistema queda trastornado si falta una persona importante, cualesquiera que sean los motivos. Frecuentemente se trata de un hermano o una hermana del padre o de la madre, fallecidos a temprana edad. En cuanto esta persona se introduce, el sistema recibe nuevas energías, y solo entonces se hace posible el cambio.

HELLINGER ¿Cómo le va a la hermana fallecida?

HERMANA FALLECIDA No puedo decirlo muy bien.

(Hellinger coloca a la hermana muerta al lado de su hermano, el representante de Robert).

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la mujer ahora?

MUJER Es increíble, pero ahora puedo girarme hacia mi marido. *(Hellinger modifica la imagen. Coloca a la mujer a la izquierda de su marido y a la hermana fallecida a su derecha. Los hijos se posicionan enfrente de los padres según el orden de edades, es decir, en primer lugar, la primera hija, a su izquierda, el segundo hijo, y a la izquierda de este, el tercero)*.

HELLINGER ¿Qué tal para el marido?

MARIDO Cuando se ha acercado mi hermana, ha sido muy bonito, y cuando ha venido mi mujer, también, pero tengo la sensación de que las dos deberían cambiar de lugar.

HELLINGER Es posible.

(La mujer y la hermana fallecida de Robert cambian de lugar: la mujer se encuentra ahora a la derecha del marido; la hermana fallecida, a su izquierda).

MARIDO Así está bien.

MUJER Es diferente y mejor.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hermana fallecida?

HERMANA FALLECIDA Bien.

HELLINGER ¿Qué tal los hijos?

TODOS Bien.

HELLINGER *(A la mujer)* ¿Qué tal cuando los hijos se encuentran frente a ti?

MUJER Bien.

HELLINGER *(A Robert)* Ahora ocupa tú mismo este lugar.

ROBERT *(Al ponerse en su lugar)* No lo entiendo.

HELLINGER No necesitas entenderlo, únicamente tienes que ponerte en tu lugar. *(Robert sacude la cabeza. Al grupo)* ¿Veis lo difícil que es la solución? ¿Cómo se resiste a la solución? Pero así es. De acuerdo, ya está.

La recompensa negativa

HELLINGER La pregunta es: ¿qué puede hacer para que la hermana reciba el lugar que le corresponde, y qué hay que tener en cuenta? Primer punto: él vive y, por tanto, se siente culpable frente a su hermana menor, que está muerta. Él tiene la ventaja; la hermana, la desventaja. Esta es su idea. Cuando se da un desequilibrio tan grande, quien tiene la ventaja se niega a tomar aquello de lo que podría apropiarse, a fin de compensar ese desequilibrio. No toma su vida, ni tampoco a su mujer, porque quiere llegar a un equilibrio con su hermana menor. Esta es una reacción ciega que actúa como una necesidad compulsiva a la que nadie se puede resistir. Detrás de ella se halla también la creencia mágica de que su hermana estaría mejor si él estuviera mal, y que ella viviría si él muriera.

El orden del amor

HELLINGER Sin embargo, existe una solución a un nivel superior. Podemos superar la necesidad de compensación encontrando un orden superior, un orden del amor. Es decir, no solo a través del amor –ya que también la necesidad de compensación es amor–, sino a un nivel superior, a través de un orden superior del amor en el que reconocemos tanto nuestro propio destino como el destino de la otra persona amada, como independientes el uno del otro, aceptándolos humildemente. ¿Cuál sería, pues, el *paso liberador* para él? Tiene que tomar en serio este sentimiento de culpa y decirle una frase curativa a su hermana. *(A Robert)* ¿Cómo se llamaba tu hermana?

ROBERT Adelheid.

HELLINGER «Querida Adelheid». Repítelo. Di: «Querida Adelheid». ¡Dilo! *(Robert solloza)* Lo que estás haciendo es fatal para tu hermana. *(Al grupo)* Al comportarse así, la muerte es doblemente dura para su hermana, ya que él actúa como si, a causa de la muerte de ella, también él tuviera que morir. Con su tristeza, por tanto, aún agrava el destino de ella, ya que tanto como él quiere a su hermana, también ella lo quiere a él. Diré la frase liberadora a pesar de todo, aunque él no la emplee. La frase sería: *«Querida Adelheid, tú estás muerta; yo aún viviré un poco, después moriré también».* Esta es la frase liberadora que encierra tanto la compensación como la libertad. Y también hay humildad en ella; se acaba la superioridad. Él se muestra solidario con los muertos –y vive. En segundo lugar, propongo un ejercicio que sería positivo tanto para él como para la hermana: que durante un año le enseñe el mundo. Se imagina que toma a su hermana

de la mano y le enseña las cosas bellas del mundo, durante un año. Por ejemplo, puede presentarle a su mujer y a sus hijos; esta sería una posibilidad. Así recupera algo para ella. *(A Robert)* Cuando tengas que hacer algo difícil, realízalo con ella al lado. De su suerte saca la fuerza para hacer algo que de otra manera no harías: hacer algo difícil, y hacerlo bien. Así, aunque ella ya no esté, su muerte temprana tendrá un efecto positivo en el presente. Ella seguirá viviendo a través de ti, en lo bueno que hagas. Esto lleva a la reconciliación y también sería una forma de recompensa.

La recompensa a través del reconocimiento

IDA Durante todo el tiempo que llevo trabajando conmigo misma me he olvidado de valorar a una persona: mi hermana.

HELLINGER ¿Qué ocurre con ella?

IDA Ella es la mayor. Me cortó el camino hacia la madre, y durante todo este tiempo no he visto más que lo negativo. Por supuesto que hubo también una parte negativa, pero al mismo tiempo me dio mucho, y le debo muchísimo.

HELLINGER Eso incluso se puede decir en público.

IDA Siempre sentía la necesidad de hacer algo bueno por ella, pero no funcionó.

HELLINGER Tampoco puede funcionar así. Lo único que se puede hacer en una situación así es reconocer a la otra persona. Este, en primer lugar, es un proceso interior, y después también se puede expresar con palabras, por ejemplo, diciendo: «Sé lo que me diste; lo valoro y me acompaña siempre». Eso es lo más grande que se puede hacer, y es mucho más que intentar llegar a un equilibrio dando alguna otra cosa a cambio.

La culpa reconocida se convierte en fuente de fuerza

HARTMUT Después de la constelación de Robert y de ver su tristeza por su hermana muerta, me ocupa el problema de la culpa asumida por otras personas. Me he dado cuenta de que toda mi vida me he programado para pagar culpas, e incluso he conseguido darle un sentido cristiano a esta actitud.

HELLINGER El que tiene una superestructura cristiana tiene que pagar culpas, o piensa que debería hacerlo. Y, lo que es aún peor, incluso piensa que realmente podría hacerlo. Cuando una persona tiene una culpa personal, esta se convierte, si es admitida, en fuente de fuerza. En cuanto la persona admite su culpa, ya no tiene *sentimientos de culpa*. Los sentimientos de culpa se desarrollan cuando alguien intenta apartar o negar su culpa. La

persona que admite su culpa tiene fuerza; la culpa se manifiesta como fuerza. Quien niega su culpa y rehúye sus consecuencias se siente culpable y débil. La culpa que una persona tiene la capacita para realizar actos buenos para los que antes no hubiera tenido la fuerza necesaria; pero únicamente si reconoce su culpa. En cambio, la persona que asume una culpa y sus consecuencias en lugar de otro se debilita. Así no puede hacer nada bueno con esta culpa. Al contrario, las consecuencias suelen ser fatales. Al mismo tiempo, también debilita a la otra persona, dado que, tomando sobre sí la culpa del otro, también lo priva de la fuerza para hacer algo bueno con esa culpa. La adopción de una culpa ajena, por tanto, tiene consecuencias negativas en todos los niveles. Así pues, deberías decirle a tu madre: *«Cualquiera que fuera la culpa entre tú y mi padre, os respeto como mis padres. Tomo lo que me disteis, y ahora os dejo en paz»*. De esta manera dejas la culpa y sus consecuencias con tus padres. Esta actitud repercute inmediatamente en tus padres, aunque no digas nada en voz alta. Ellos tienen que encarar su culpa y sus consecuencias, y tú quedas libre para confrontar tu propia culpa. ¿Lo he dejado claro?

HARTMUT Está claro.

HELLINGER ¿Más preguntas al respecto?

CLAUDIA Aún no lo he comprendido del todo. Cuando alguien toma sobre sí la culpa de otro, se debilita...

HELLINGER Se debilita a sí mismo y al otro.

CLAUDIA Que debilite al otro lo comprendo, pero ¿a sí mismo?

HELLINGER También. *La culpa adoptada siempre debilita.* Quien lleva la cruz de los demás ya no tiene fuerzas para lo positivo. Sin embargo, quien lleva su propia cruz, su culpa y su destino es fuerte. Los lleva con la cabeza en alto y tiene la fuerza de hacer algo grande con ellos.

Guardar las apariencias en lugar del padre

HELLINGER Aportaré otro ejemplo. Una mujer sentía la necesidad de guardar las apariencias, temía que le perdieran el respeto. Intentó «guardarlas» exteriormente, por ejemplo, a través de diferentes peinados. Su padre –así suponía la hija– había cometido atrocidades durante la guerra. Por tanto, era él quien debía sentir miedo de que dejasen de respetarle y debía procurar guardar las apariencias. Como solución le propuse que se imaginara de niña al lado de su padre, que levantara la mirada y le dijera: *«Querido padre, guardo las apariencias en tu lugar»*. Ciertamente, era este su comportamiento; pero no osó hacerlo, ni siquiera como un ejercicio. Esta, sin embargo, hubiera sido la

solución, ya que el padre se hubiera visto presionado. De esta manera, la culpa y el miedo hubieran vuelto al lugar al que pertenecían, dejando libre a la hija. Al mismo tiempo, sin embargo, se trataba de un acto humilde. La hija ya no tendría más grandeza que la suya propia, ni más peso que el suyo propio. Pero con un destino tal, los hijos raras veces tienen el valor y la fuerza para dar este paso. Por tanto, una persona ajena a la situación debe dejar que el destino tome su curso. Intentando intervenir, un tercero se comportaría exactamente de la misma manera que aquella hija: tomaría sobre sí algo que no podría ni debería tomar.

El sufrimiento es más fácil que la solución

UTE Me llamo Ute. Hace un año y medio tuve una hernia discal, y desde entonces sufro de dolores de espalda persistentes. A pesar de mi trabajo terapéutico me cuesta poner límites, y pienso que aún hoy uno de mis padres no me quiere. Un indicio para mí es que, desde hace 15 años, tengo relaciones en parte muy intensas, pero nunca duraderas.

HELLINGER *Desde el punto de vista psicológico, los dolores de espalda siempre tienen la misma causa* y se curan muy fácilmente: haciendo una profunda reverencia. ¿Ante quién habría que hacerla?

UTE ¿Una reverencia?

HELLINGER Sí, una reverencia. Mira cómo estás sentada: es exactamente todo lo contrario de una reverencia. La reverencia se hace así, hasta el suelo. Probablemente habría que hacerla ante la madre. Traducido a una frase interior, con una reverencia dices: *«Te honro»*. Es una frase curiosa: al mismo tiempo libera.

UTE Hay una parte de mí que podría hacer una reverencia, pero creo que no sería lo suficientemente profunda.

HELLINGER Si la haces, tendría que ser hasta el suelo. Pero los dolores de espalda son más fáciles que esta reverencia. Para ti, el sufrimiento es más fácil que la solución. Por tanto, no hay que compadecerse de ti.

UTE Bueno, me gustaría hacerlo, pero noto que aún guardo algún rencor.

HELLINGER *(Al grupo)* Es un grave error pensar que los clientes realmente desean librarse de sus problemas. Muchas veces, lo único que pretenden es que se les confirmen sus problemas, y aquí acabamos de ver un ejemplo muy ilustrativo.

La solución humilde duele

LEO Soy Leo. Desde hace 16 años trabajo de psiquiatra y psicoterapeuta. Con mi trabajo estoy totalmente satisfecho; con mi familia de origen, en absoluto. En la relación con mi mujer vivo muy feliz, con dos hijos de seis y nueve años, pero respecto a mis padres tengo la sensación justificada de tener a dos hijos más. Mi padre está cayendo en un senilismo precoz.

HELLINGER El modo en que hablas es bastante arrogante.

LEO Sí, lo soy.

HELLINGER Se ve en seguida.

LEO Aunque a veces no sé hasta qué punto no será mi familia la que me induce a ello. Es decir, mis padres, desde que tengo memoria consciente de ellos, están reñidos, aunque ya ni admitirían la palabra «reñidos». En algún momento se quisieron, pero desde que tengo memoria, yo fui el mediador entre ellos dos.

HELLINGER Ahora quieres seducirme para que acepte tu interpretación y adopte tu visión. Si tu interpretación fuera correcta, el problema estaría solucionado. Dado que no está solucionado, se demuestra que tu interpretación es equivocada. Cuanto más se aleja una interpretación de la realidad, más veces hay que repetirla. De lo contrario, la percepción la cuestionaría. Bien, ¿qué quieres hacer ahora? ¿Quieres la solución? *(Al grupo)* ¿Habéis visto la expresión de su cara? No quiere la solución. Por tanto, tampoco lo abordaré ahora. La solución duele. También la solución buena duele; ya que la solución buena es humilde. Esta es la traba. ¿Estás enfadado conmigo ahora?

LEO En mi familia se estaría enfadado en un caso así, pero sé que tampoco llevaría a ninguna parte. Lo de mis padres es una cuestión candente porque últimamente la situación se ha ido agravando. Pero también soy tenaz y no me rindo.

HELLINGER Muy bien. De acuerdo.

El movimiento amoroso interrumpido

JOHANN Me llamo Johann. Hice la carrera de Magisterio, pero desde hace tres años trabajo como educador de medio ambiente y asesor de jardinería, es decir, también planifico e instalo jardines. Desearía trabajar unos síntomas físicos que me acompañan siempre. Se trata de tensiones musculares en los hombros, en parte también dolores de cabeza, y una sensación de opresión en el abdomen.

HELLINGER Lo de la cabeza podría ser la consecuencia de un amor acumulado; acumulado porque se interrumpió un movimiento temprano hacia uno de los padres, por regla general, hacia la madre. Mirándote es esa la impresión que me das: una persona en la que se interrumpió un movimiento temprano. ¿Estuviste hospitalizado de niño?

JOHANN Estuve ingresado dos veces. Una vez por una operación –eso fue de muy pequeño– y más tarde, con paperas.

HELLINGER Eso lo explicaría. Aquí se interrumpió un movimiento hacia los padres, y en ese punto frecuentemente surgen sentimientos de desesperación, de dolor y, muy a menudo, de rabia, y la convicción resignada de que, «de todos modos, no sirve de nada». Para arreglarlo, hay que volver a aquella situación y posteriormente llevar a término el movimiento interrumpido. Es posible hacerlo mediante *hipnoterapia* o a través de *terapia de contención*. ¿Te suena la expresión «terapia de contención»?

JOHANN He oído el nombre.

HELLINGER También puede hacerse con adultos, pero de manera que vuelvas a tu infancia, que vuelvas a sentir como el niño de aquel entonces, y que el o la terapeuta se convierta en la madre de aquel entonces. Ambos vuelven a la situación de entonces para, posteriormente, llevar a término el movimiento interrumpido.

JOHANN ¿Quiere decir que el flujo de mi propio dar y moverme hacia otros fue interrumpido?

HELLINGER Exacto. El movimiento hacia la madre fue interrumpido. Siempre que alguien fue interrumpido en un movimiento temprano hacia uno de los padres, el recuerdo surge una y otra vez –aunque solo sea de forma inconsciente, como recuerdo corporal– en cuanto la persona se dirige a otro, por ejemplo, a su pareja. Así, en el mismo punto en que interrumpió el movimiento en aquel entonces, también lo interrumpe ahora. En vez de llevar a término el movimiento hacia la persona querida, la esquiva e inicia un movimiento circular, alejándose del punto de interrupción para después volver a él. Con esto acabo de darte *una descripción de la neurosis*. La neurosis nace en el punto en el que se interrumpió el movimiento hacia uno de los padres, y el comportamiento neurótico no es más que el movimiento circular antes descrito. Junto con la descripción del problema también te he indicado la solución, ya que *una buena descripción siempre encierra la solución.* Pero la solución da miedo. Cuando la persona lleva a término el movimiento interrumpido, experimenta un gran dolor. Es la vivencia más dolorosa de todas, dado que va acompañada de una sensación de impotencia, de una impotencia muy profunda.

JOHANN Mi hermana me contó que mis padres querían visitarme en el hospital, pero que no podían acercarse a mí. Tan solo podían verme de lejos y debieron de llorar mucho. Pero no tengo ninguna imagen concreta de esta escena.

HELLINGER Ya tenemos una imagen concreta: mirándote, podemos ver exactamente tu edad y lo mal que lo pasaste. Coge tu silla y siéntate delante de mí, muy cerca. *(Johann coge su silla y se sienta delante de Hellinger. Este le coge la cabeza, que había mantenido muy erguida, y la mueve hacia adelante en un gesto de inclinación. Al grupo)* Aquí, en la nuca, es donde el flujo de energía estaba interrumpido y ahora puede volver a

fluir. *(A Johann)* Cierra los ojos, respira profundamente y vuelve, vuelve lejos, a tu infancia. Respira profundamente. Resiste a la debilidad, ve hacia la fuerza. Sigue, respira con fuerza. Ahora di: «¡Por favor!»

JOHANN ¡Por favor!

HELLINGER ¡Con fuerza!

JOHANN ¡Por favor!

HELLINGER ¡Con más fuerza!

JOHANN ¡Por favor!

HELLINGER Sí, sigue así, más fuerte.

JOHANN ¡Por favor!

HELLINGER Bien, ¡sigue!

JOHANN ¡Por favor! ¡Por favor!

HELLINGER ¡Extiende los brazos! Puedes abrazarme tranquilamente. «¡Por favor!»

JOHANN ¡Por favor!...

HELLINGER ¿Cómo le decías a tu madre?

JOHANN Mami.

HELLINGER Di: «¡Mami, por favor!»

JOHANN ¡Mami, por favor!

HELLINGER «¡Por favor, mami!»

JOHANN ¡Por favor, mami!

HELLINGER «¡Por favor!»

JOHANN ¡Por favor!

HELLINGER Dilo con insistencia.

JOHANN ¡Por favor, mami!

HELLINGER ¡Fuerte!

JOHANN ¡Por favor!

HELLINGER Con toda la fuerza.

JOHANN ¡Por favor! ¡Por favor!

HELLINGER Y ahora dilo muy tranquilamente: «Por favor, mami».

JOHANN Por favor, mami. *(Abre los ojos)*.

HELLINGER ¡Hola! ¿Cómo te encuentras ahora?

JOHANN Bien.

HELLINGER ¿Ves lo mal que lo pasó el niño? Estaba desesperado. Pero es posible recuperar lo perdido. En este ejercicio, el inspirar significa tomar e integrar, y el espirar,

moverse hacia la otra persona. También la reverencia es un movimiento hacia la otra persona. De acuerdo, ya está.

Dolores de espalda

GERTRUD También quisiera hablar de mis dolores de espalda. Desde hace mucho tiempo sufro de tensiones musculares en el lado derecho. Cada noche me despierto con la mano derecha totalmente insensible. No consigo solucionarlo. Hago gimnasia y todo, pero no se va.
HELLINGER Cuando vuelva a dolerte, imagínate que con esa mano acaricias la mejilla de tu marido.
GERTRUD No tengo marido.
HELLINGER Acaricia al de entonces, ¿de acuerdo?

El gusanillo

KARL La frase «Tienes que anular la adopción» me ha llegado muy hondo y está constantemente trabajando en mi interior. Es decir, tengo que concentrarme mucho en la situación de aquí para no pensar siempre en aquella frase.
HELLINGER Podrías deshacerte de ella muy fácilmente, ¿sabes cómo?
KARL Haciéndolo. *(Se ríe)* En este punto aún me muevo entre los polos de «sí» o «no». En el lado del sí me ha afectado mucho cuando has hablado de hacer fluir nuevamente la energía en el caso de los dolores de espalda y de cabeza, y de los efectos de este inclinarse con respeto y de valorar a la otra persona. En ese momento me he acordado del padre del chico adoptado. Pienso que el camino hacia el sí empieza valorando a ese hombre.
HELLINGER Muy bien. Has aprendido rápido. Aquí empieza.

El hermano se suicidó, el padre cayó en la guerra

THEA Me llamo Thea, estoy casada, tengo cuatro hijos mayores que ya no viven en casa. En un principio trabajaba de profesora de religión y más tarde hice la formación de terapeuta familiar. La cuestión que quisiera trabajar: cuanto más tiempo pasa, más me

acuerdo de mi hermano. En un principio pensaba que no podía tener tanta importancia, pero ahora me doy cuenta de que sí la tiene.

HELLINGER ¿Qué le pasa?

THEA Se suicidó hace 23 años.

HELLINGER ¿Qué edad tenía?

THEA Veintinueve.

HELLINGER ¿Cómo se suicidó?

THEA Se ahorcó.

HELLINGER ¿Y qué es lo malo?

THEA Noto que ya desde mi infancia me acompaña el sentimiento de que yo vivo a costa de él. Aún hoy me pasa; me pregunto por qué yo vivo y él tuvo que morir.

HELLINGER ¿Tuvo que morir?

THEA Pienso que, para él, parecía así.

HELLINGER ¿Hubo algún motivo para el suicidio?

THEA Sí que hubo un motivo, pero pienso que esa no puede ser la única explicación.

HELLINGER ¿Cuál es el supuesto motivo?

THEA Mi hermano hizo el doctorado mientras ya trabajaba de profesor adjunto en la facultad. Había otro profesor adjunto que dijo que le haría la vida imposible de todas las maneras; mi hermano evitó eso.

HELLINGER Ese no puede ser el motivo.

THEA No, ya lo digo yo. Ese sería el motivo inmediato: que tuviera la sensación de que alguien quería arruinarlo a toda costa y así él mismo puso un punto final.

HELLINGER Frecuentemente, los familiares viven el suicidio como una ofensa, comportándose como si tuvieran el derecho a sentirse ofendidos cuando una persona se decide de esta manera. Así pues, un primer paso hacia una solución para ti sería que le dijeras: *«Respeto tu decisión y siempre seguirás siendo mi hermano».*

THEA Este paso ya lo di hace aproximadamente diez años, pero, a pesar de todo, no consigo encontrar la paz. Noto que aún hay algo más.

HELLINGER No lo has dado; de lo contrario, estarías tranquila.

THEA Creo que he llegado al punto de poder decir: «Acepto que hayas decidido sobre tu vida tú mismo».

HELLINGER No, no, no. Es algo totalmente diferente lo que tú dices y lo que he dicho yo. «Aceptar» expresa indulgencia y superioridad. Sin embargo, si dices «respeto», el otro es grande. ¿Y qué ocurre con tus hijos? ¿Hay alguno que lo imita?

THEA El segundo.

HELLINGER Señal de que no está solucionado. ¿Ha intentado suicidarse ya?

THEA No.

HELLINGER ¿Lo ha mencionado alguna vez?

THEA No.

HELLINGER ¿Qué hace que pueda preocuparte?

THEA No, no es así. No estoy preocupada. Pero es el que más se parece a él, también físicamente y en sus ideales.

HELLINGER Lo estás programando.

THEA Hm, me temo que sí.

HELLINGER Lo estás programando a través de lo que en él observas, lo que supuestamente observas. ¿A quién se lo tienes que entregar para que esté seguro?

THEA A su padre.

HELLINGER Exacto.

THEA Hace tiempo que quiero hacerlo, pero hasta ahora no funciona.

HELLINGER Entonces configuraremos a tu familia actual. ¿Quiénes pertenecen a ella?

THEA Mi marido, nuestros cuatro hijos y yo.

HELLINGER ¿Tú o tu marido estuvisteis casados anteriormente o mantuvisteis una relación seria?

THEA No.

HELLINGER ¿Alguien más falta?

THEA Mi madre vive con nosotros, pero no sé qué papel desempeña ella.

HELLINGER ¿Desde cuándo vive con vosotros?

THEA Vive con nosotros desde que nuestro segundo hijo se fue de casa, hace aproximadamente seis años.

HELLINGER ¿Tu padre murió?

THEA Cayó en la guerra cuando yo tenía apenas cuatro años.

HELLINGER Tienes que cuidar a tu madre, está claro.

THEA Ese no es el problema.

HELLINGER ¿Tu padre murió cuando tú tenías...?

THEA Yo tenía apenas cuatro años. Lo vi por última vez cuando tenía tres años.

HELLINGER ¿Cómo murió?

THEA En Rusia, en Stalingrado.

HELLINGER Este es el trasfondo para el suicidio de tu hermano: lo siguió. ¿Qué edad tenía tu padre cuando murió?

THEA Treinta años. Mi hermano tenía casi 30 años; fue pocos días antes de cumplir los 30.

HELLINGER Este es el trasfondo.

THEA No lo entiendo.

HELLINGER Así es, simplemente. Los hijos lo hacen así. ¿Cómo reaccionó tu madre ante la muerte de tu padre?

THEA Con ideas de suicidio que también expresó ante nosotros, los hijos.

HELLINGER Esto refuerza aún más lo que sostengo. ¿Ella amaba a tu padre?

THEA Sí.

HELLINGER No estoy tan seguro. El que ama no reacciona con ideas de suicidio.

THEA Primeramente reaccionó con desesperación, y después nos dijo: «Si perdemos la guerra, nos tiramos al río, matamos a toda la familia». No sé si las amenazas de suicidio tenían que ver directamente con mi padre.

HELLINGER ¡Pero si son amenazas de asesinato!

THEA Amenazas de asesinato, sí.

HELLINGER Esto parece cada vez más inquietante. De acuerdo, configuremos a tu familia. *(Thea configura a su familia actual mediante representantes. En la constelación, ella se encuentra algo apartada, a la derecha de su marido. El primer hijo se encuentra a la derecha de ella, mirándola. El segundo hijo se encuentra a la derecha del primero, también a una cierta distancia, mirando a lo lejos, sin ver a nadie de los que lo rodean. El tercer y el cuarto hijo se encuentran enfrente de la madre, mirándola. Ella misma no mira a nadie, su atención se centra en un punto lejano. A los representantes)* ¿Cómo se encuentra el marido?

MARIDO Muy extraño. Mi mujer no parece cercana y mis hijos están aún más lejos. El contacto pasa a través de mi mujer, pero no hay ningún indicio de que este contacto deba realizarse verdaderamente, y los hijos que tengo enfrente están demasiado lejos para que pueda mantener un diálogo con ellos.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el hijo mayor?

PRIMER HIJO Estoy realmente furioso. Estoy indignado; y cuando se ha puesto mi madre aquí, entre mi padre y yo, esa sensación aun se ha intensificado. No soy parte de ellos y estoy enfadado.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el segundo hijo?

SEGUNDO HIJO Quiero apartarme de mi madre, al menos más que ahora.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el tercer hijo?

TERCER HIJO La primera sensación ha sido de inquietud y de amenaza. Mis dos hermanos mayores están muy lejos. Nuestra madre, para mí, está apartada. He notado que lo soportaba mejor si intentaba mantener la mente clara, sin meterme en esa sensación tan inquietante. Y cuando me he girado hacia mi hermano menor he pensado: «A este lo

tengo que cuidar, debo sacarlo de aquí». Es decir, creo que lo tengo claro pero me preocupo por mi hermano menor; mi hermano mayor, allá atrás, no me inquieta, solo está enfadado.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el cuarto hijo?

CUARTO HIJO Estoy frente a mi madre, pero noto que no hay ningún contacto. También mi padre está lejos de mí. Me siento un poco solo. El contacto más estrecho es con este hermano que se halla a mi lado. No me encuentro a gusto así.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la mujer?

MUJER No puedo mirar a los hombres. No tengo brazos, los siento tan pesados, y no puedo levantar la mirada. Tengo que mirar siempre al suelo.

(Hellinger modifica la imagen de manera que la mujer mire hacia fuera y los hijos se encuentren enfrente del padre, por orden de edad).

HELLINGER ¿Qué ocurre con el marido?

MARIDO En el fondo, no echo en falta a la mujer. Me alegro de que los hijos estén aquí, alineados.

HELLINGER ¿Qué tal ahora el hijo mayor?

PRIMER HIJO Encuentro que para mí todo está en orden aquí. No echo en falta a la madre.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el segundo hijo?

SEGUNDO HIJO Bien, por mi parte. Aunque me gustaría tener contacto con la madre. Pero, por lo demás, está bien para mí.

TERCER HIJO Ya no me preocupa el hermano menor.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el más pequeño?

CUARTO HIJO Me encuentro mucho mejor aquí en este círculo. Recibo mucha fuerza y me siento arropado. Lo único que me parece una pena es que no esté aquí la madre.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la mujer?

MUJER Me encuentro mejor. Para mí, está bien.

HELLINGER *(A Thea)* Naturalmente, esto no es ninguna solución buena, pero esta es la situación. Ahora pondré a tu padre y a tu hermano. *(Coloca al hermano de Thea, que se suicidó, delante de ella. Delante de él posiciona al padre, que murió en la guerra. Todos miran en la misma dirección, hacia fuera)* ¿Qué tal así para la mujer?

MUJER Así está bien para mí, detrás del padre y del hermano.

HELLINGER Esa es la fidelidad. Ella sigue al padre y al hermano. La propia vida no tiene ninguna importancia para la fidelidad. *(Al marido)* ¿Cómo se encuentra el marido en todo esto?

MARIDO Está bien así.

HELLINGER ¿Y su hermano?

HERMANO † DE LA MUJER Yo también lo siento así.

HELLINGER *(Al grupo)* Aún probaré una solución más sutil. Primero hay que considerar el caso extremo antes de poder pensar también en una alternativa más sutil. Pero muchas veces la solución más sutil no es más que un deseo vano, siendo la solución extrema la que al final se impone y actúa. *(Coloca a la mujer a la derecha de su marido, y a la derecha de ella, a su hermano que se suicidó. A los hijos los coloca al lado izquierdo del padre, por orden de edades. Enfrente de todos ellos posiciona al padre de la mujer, que cayó en la guerra)* ¿Cómo se encuentra el marido así?

MARIDO Es una pena que ya no tenga a los hijos delante.

HELLINGER ¿Qué tal la mujer?

MUJER Estoy atada a mi familia de origen. Quisiera apoyarme un poco en mi marido, pero no quiero mirar ni ver nada.

HELLINGER *(A Thea)* Ahora aún necesitamos a tu madre. *(Introduce una representante de la madre, y la coloca de espaldas a la familia)* ¿Cómo se encuentra su madre aquí?

MADRE DE LA MUJER No está mal.

HELLINGER ¿Qué ha cambiado para la mujer?

MUJER Es bueno que esté aquí. Así también puedo mirar un poco este círculo.

HELLINGER *(Al grupo)* Es su madre la que tiene que marcharse. Ella ha perdido el derecho a la pertenencia.

HELLINGER ¿Qué tal el padre de la mujer?

PADRE † DE LA MUJER Desde que está mi mujer, todo me parece redondo y completo.

HELLINGER *(A Thea)* Ocupa tú misma tu lugar.

THEA *(Una vez que se encuentra en su lugar)* Con los hijos me va bien.

HELLINGER ¿Y aquí, con el marido? Al menos podrías dirigirle una mirada un poco más amable.

MARIDO Ha evitado todo contacto físico.

HELLINGER Aún necesita acostumbrarse. Érase una vez un esquimal que se fue de veraneo al Caribe. Después de 15 días, se acabó acostumbrando.

THEA Aún hay algo más que me llama la atención y no me deja tranquila: estoy entre mi marido y mi hermano.

HELLINGER Pues acércate más a tu marido, hasta que lo toques realmente.

MARIDO Aún faltan tres centímetros más.

HELLINGER *(Al grupo)* Sería un crimen gravísimo que ella fuera feliz con su marido, ya que traicionaría a su madre y se arrogaría el derecho de tener una felicidad mayor que la de ella. Ya veis el valor que requiere esta felicidad.

Confiar en la imagen interior

FRANK ¿Me pregunto si en el presente caso no se podría partir también de la idea de que en la madre de Thea misma había una cólera asesina?

HELLINGER Lo que estás haciendo...

FRANK Aún no he terminado.

HELLINGER Pero basta para demostrar el efecto de tales preguntas, ya que *lo cierto no puede cuestionarse impunemente*. Yo lo vivo así: una persona dice algo, y en mi interior se forma una imagen del sistema. De repente, veo dónde está el máximo impacto. Ahora bien, si después dudo o hago una pregunta hipotética, la imagen desaparece. Toda pregunta que formulas respecto de la imagen hace que la imagen desaparezca, restando fuerzas para la acción, tanto a ti como al otro. ¿Comprendes?

FRANK Bueno, es algo que conozco, pero en este caso simplemente tenía otra pregunta más. Yo mismo trabajo con asuntos de este tipo y me interesa saber si también podría verse así.

HELLINGER Es imposible comparar, porque esto aquí se puede ver. Cuando formulo una pregunta general, tan solo me imagino la situación. Así falta el impacto de los hechos. Si tuvieras un caso concreto y lo presentaras, también podríamos tratarlo concretamente, y habría fuerza en ello. De esta manera, sin embargo, la pregunta no es más que hipotética y no tiene fuerza. La pregunta de cómo podría ser una montaña resulta superflua cuando la miras.

DAGMAR Aún tengo otra pregunta más. Antes se ha mencionado que la madre de Thea vivía con ella, y que su padre había muerto. ¿Cómo debe actuar ella ahora ante su madre?

HELLINGER Si respondo a esta pregunta, resto fuerzas a Thea; porque es una pregunta que se refiere a Thea, y ella ya ha comprendido de qué se trata. Si haces esta pregunta aunque en realidad sea suya, diriges la atención hacia ti en vez de dejar que se mantenga en Thea; y hacia el saber, en vez de hacia la acción.

DAGMAR Pero también forma parte de mi propia pregunta.

HELLINGER No. Te has apropiado de una pregunta ajena, y no tienes derecho a hacerlo. Cuando tengas una pregunta tuya, que se refiera a tu propio actuar, la responderé. Pero tiene que ser una pregunta concreta.

La responsabilidad del terapeuta en el trabajo con constelaciones familiares

HELLINGER Hay terapeutas que durante una constelación familiar les dicen a los participantes que busquen la solución por su propia cuenta, siguiendo su propia intuición. Sin embargo, de esta manera no la encuentran. La solución requiere el gran valor de mirar abiertamente la realidad, valor que, por regla general, solo tiene el terapeuta, siempre que se mantenga independiente, conozca y afirme los órdenes que actúan en los sistemas, y se someta a ellos con respeto. Dejando que los participantes actúen por sí solos, estos se comportan como si secretamente se hubieran puesto de acuerdo en mantener el problema. Por tanto, el terapeuta no debe actuar como si no viera lo que ve, ni ocultar sus conocimientos y experiencias detrás de frases formuladas en condicional, ya que, de lo contrario, engaña a los participantes y forma parte de su complot. La persona que comprende los órdenes ve la solución. Tendrá que probar un poco para encontrarla con exactitud, pero, por regla general, lo esencial está claro inmediatamente. Al trabajar con constelaciones familiares, el terapeuta procede de manera *puramente fenomenológica*. Es decir, se expone a un contexto desconocido hasta que, de repente, le llegue la claridad. En cambio, si busca la solución a partir de un concepto determinado o de una asociación, no la encontrará nunca. Por medio de deducciones jamás encontrará la solución, ya que esta, en cada caso, ha de encontrarse de nuevo. *Toda solución, por tanto, es siempre única e irrepetible.* Si parto de la experiencia con otras constelaciones anteriores, pensando que probablemente será de una o de otra manera, ya no estoy en contacto con la realidad que inmediatamente se halla ante mí. Por tanto, es esto lo que cuenta: orientar el pensamiento hacia un modo de actuar, de percibir y de mirar radicalmente diferente. La única forma de lograrlo, sin embargo, será teniendo presentes y respetando a todos los implicados, sobre todo a la persona que lleva la carga. Al centrar mi mirada en esa persona, encontraré la solución, ya que de esta manera tendré presente lo esencial.

El procedimiento en la configuración de la familia de Thea

KARL Aún estoy pensando en el trabajo con la constelación de Thea. Conozco bastante bien a la familia de Thea y me he dado cuenta de que las personas que en la constelación actuaban como representantes en parte se pronunciaban de manera totalmente distinta a lo que los propios miembros de la familia dirían sobre sus relaciones en la familia. Sin embargo, me ha impresionado que la imagen que después has presentado como variante más dura coincidiera muy claramente con mi percepción de la familia, aunque las personas aquí se hubieran expresado de manera distinta a nivel emocional. Es decir, lo que tú has configurado como imagen, desde mi punto de vista, era acertado para esta

familia. Desde entonces me pregunto cómo es que en tu imaginación y en tu trabajo no dependieras de los sentimientos expresados por los participantes.

HELLINGER No, no dependo de ellos. Noto si una persona está centrada y atenta en el momento de expresar lo que siente o si hay algo que la distrae.

KARL Lo he podido ver muy bien.

RAIMUND Siempre he tenido la idea de que se trataba de encontrar cuanto antes la imagen final. Ahora veo que también los pasos intermedios tienen su importancia para la imagen final.

HELLINGER *La imagen final se busca a través de varios pasos*. Frecuentemente se señalan primero los extremos a los que el sistema tiende, para después buscar la solución mejor en varios pasos. De ahí resulta la imagen global. Sin embargo, es preciso acercarse a la meta con una cierta rapidez. Si la búsqueda resulta demasiado larga, la energía se pierde. A veces también se sabe en seguida lo que conviene. En un caso así, quizá baste con un solo paso, y todo estará hecho.

Confusión adoptada y sentimientos adoptados

JONAS Cuando en la constelación de Thea representaba a su tercer hijo, me encontraba muy confuso, y en la pausa he intentado averiguar qué había sido lo confuso. Pienso que había bastantes elementos que correspondían a mi propia familia. Lo confuso era que en un principio he escuchado dos veces con mucha atención para saber quién hacía el papel de quién, pero, a pesar de todo, tenía la imagen de que quien representaba a mi padre no era mi padre, sino el padre de mi madre. Ahora me pregunto qué tendrá que ver todo esto con mi familia, ya que mi madre también perdió a su padre muy pronto.

HELLINGER Yo interpretaría que tú sentías lo que ocurría en esa familia. Por tanto, no lo transfieras a tu familia, mejor trabájalo aparte. Pero es bueno que lo comuniques. Quizá exista este tipo de confusión en la relación de Thea con su marido, y nos acabas de dar un *feedback* importante.

LEO Yo tampoco he salido todavía de ese papel de suicida, del hermano en la constelación de Thea, aunque noto que no tiene nada que ver con la persona que soy ahora.

HELLINGER Hay que retirarse muy conscientemente. Al participar en una constelación familiar, podemos percibir la rapidez con que una persona puede quedar involucrada en un sistema ajeno. ¡Cuánto más un niño que, día tras día, vive en un sistema así! ¡Con qué rapidez se verá involucrado en la dinámica y en los sentimientos de su familia! Por otra parte, también experimentamos cuán variables y poco fiables son nuestros sentimientos

cuando, por ejemplo, en una constelación, basta con dar un solo paso para hacerlos cambiar totalmente. *(Al grupo)* ¿Podemos dar por acabado el tema?
HARTMUT No.

Amenazas de suicidio de la madre

HARTMUT Durante toda mi vida, dicho *grosso modo*, estuve expuesto a las amenazas de suicidio del mundo femenino –ahora lo digo con ironía. Tras fracasar su matrimonio, mi madre me decía a mí, como hijo mayor: «Tal día o tal otro me mataré». Nunca lo hizo, pero a mí me impuso una carga terrible. Aún me acuerdo; era horrible. Empezó cuando yo tenía 13 años.
HELLINGER ¿Cuál hubiera sido la solución? ¿Aún vive tu madre?
HARTMUT Sí.
HELLINGER ¿Aún lo dice hoy en día?
HARTMUT No, no. Ahora intenta alargar su propia vida y la de los demás.
HELLINGER ¿Cuál hubiera sido la respuesta adecuada en aquel entonces, la respuesta liberadora? Te la daré; para eso estoy. ¿Quieres oírla?
HARTMUT Claro que sí.
HELLINGER Hubiera sido: «Querida mamá, no te preocupes, en su momento ya lo haré por ti». *(Al grupo)* ¿Notáis el efecto? Después, ¿qué posibilidades de suicidarse hubiera tenido la madre? Y también él estaría libre. Aunque parezca extraño, el efecto es bueno. Aquí también usamos trucos, siempre que sean buenos.
HARTMUT Con mi primera mujer, es decir, con la madre de mis hijos, esto se repitió.
HELLINGER No quiero saberlo ahora. *(Al grupo)* ¿Qué hace ahora?
WILHELM Perpetuar el problema.
HELLINGER *(Al grupo)* Ya sabe la solución. Con su mujer podría hacer lo mismo que con su madre. Él, sin embargo, se mantiene en el problema.
JOHANN Pero ¿la frase solo funciona si la formula como un truco, sin creer que al final tenga que hacer de veras lo que anuncia?
HELLINGER Si la dice así, únicamente puede decirla con un aire ambiguo, lo cual requiere mucha fuerza. Cualquiera podría decirlo en serio, pero de manera ambigua, de forma que el otro empiece a dudar, eso es un arte. Es un truco, pero exige tener fuerza. Imagínate que visita a su madre y se lo dice; le flaquearían las piernas.
JOHANN Lo que quiero decir es que podría ser que él, diciéndolo, piense que tenga que hacerlo realmente. Porque él no lo vive como algo ambiguo.

HELLINGER Mi sospecha es que él mismo habrá pensado seriamente que lo tenía que hacer. Esa frase, sin embargo, también lo salvaría a él.

GERTRUD A causa de la acústica no he entendido la frase. ¿Podrías repetirla?

HELLINGER No. No repito este tipo de frases.

HARTMUT Ahora me siento amordazado, porque aún quería decir que la segunda...

HELLINGER No quiero saberlo ahora, ya lo percibes bien. Y no puedes obligarme. En todo caso, tendrías que ganarme. *(Al grupo)* Con relación al tema del suicidio, os contaré una historia. Es una de esas historias que nos conmueven. Al oírlas, parece que la muerte y la separación hayan quedado suspendidas, y así a algunos los alivia, como una copa de vino por la noche: después, duermen mejor. A la mañana siguiente, sin embargo, se levantan de nuevo y vuelven a su trabajo. Otros, en cambio, una vez tomado el vino, permanecen echados y haría falta una persona que pudiera despertarlos. Esta les cuenta la historia de manera un poco diferente, convirtiendo el veneno en antídoto, y así, quizá, se despierten de nuevo, libres del encanto.

El final

Harold, un joven de 20 años que frecuentemente hacía ver que trataba a la muerte de tú a tú, extrañando así a los demás, le habló a un amigo sobre su gran amor: Maude, de 80 años ya. Le contó cómo quería celebrar con ella su cumpleaños y también su compromiso, y cómo, en medio de la alegría, ella le confesó que había tomado un veneno y que, a medianoche, su vida llegaría a su fin.

El amigo permaneció pensativo durante un momento; después le contó una historia:

«En un planeta diminuto vivía un hombrecito y, como allí era el único, se llamaba Príncipe, es decir, el Primero y el Mejor. Pero, además de él, había también una rosa. Antaño su olor había sido encantador, pero ahora parecía marchitarse a cada momento, y el Pequeño Príncipe –aún era un niño– no descansaba en su esfuerzo por mantenerla viva. Durante el día tenía que regarla y por la noche, protegerla del frío. Pero cuando él necesitaba algo de ella –como ya había ocurrido antes, en otras ocasiones– la rosa le enseñaba sus espinas. Así pues, no era de extrañar que con el tiempo él se cansara y decidiera marcharse.

Primeramente visitó algunos planetas cercanos. Eran diminutos como el suyo, y sus príncipes, casi tan extravagantes como él. Allí no le retenía nada.

Después llegó a la bella Tierra y encontró el camino a una rosaleda. Debían de ser miles de rosas, cada cual más bella, y el aire estaba cargado de su dulce fragancia. Ni en sueños hubiera pensado que habría tantas rosas, ya que hasta entonces tan solo conocía

una; y quedó cautivado por su exuberancia y su suntuosidad. Pero entre las rosas lo descubrió un zorro astuto. Fingía ser tímido, y al ver que podía engatusar al pequeño, le dijo:

–Quizá pienses que todas estas rosas son bellas, pero no son nada especial. Crecen solas y tan solo requieren un poco de cuidado. Tu rosa, en cambio, allá lejos, ella sí es única, porque es exigente. ¡Vuelve con ella!

Al oír esas palabras, el Pequeño Príncipe se sintió desconcertado y triste, y tomó el camino que llevaba al desierto. Allí encontró a un piloto que había aterrizado por una avería, y pensó que quizá podría quedarse con él. Aquel, sin embargo, era un frívolo cuyo único interés consistía en divertirse. Así, el Principito le contó que volvería a casa con su rosa. En cuanto se hizo de noche, sin embargo, se fue a hurtadillas a ver a una serpiente. Hizo como si quisiera pisarla, y entonces ella le mordió. Él se sacudió un poco, pero después se quedó inmóvil. Así murió. A la mañana siguiente, el piloto encontró su cadáver. "¡Qué pillo!", pensó, y enterró los restos en la arena».

Harold –así se supo más tarde– faltó al entierro de Maude. En lugar de ello –por primera vez en años– puso rosas en la tumba de su padre.

Quizá habría que añadir que a muchos que sienten un cariño especial por la historia del Principito de Saint-Exupéry les gusta jugar, en su imaginación, con el suicidio, e incluso lo cometen a veces. Encuentran en esta historia una aureola que quita importancia a tal acto y que lo glorifica, como si se tratara de un juego de niños capaz de hacer realidad un sueño infantil. De esa manera, sueñan con que su anhelo y su esperanza sean más fuertes que la muerte y que esta, quizá, suprima la separación en vez de sellarla. Pero se olvidan de un hecho: llamamos «inmortal» a lo que ya sabemos perdido y pasado.

A vida o muerte

LEO Aún estoy pensando que vengo de una familia en la que se dice que a partir de los 30 años la vida en sí ya no tiene gracia. Así me lo dijo mi madre por teléfono hace poco.

HELLINGER A veces es así en las familias cristianas: uno se muere con Jesús.

LEO Pero, a pesar de todo, no es fácil dejar que los padres se mueran así. Lo que aún quería decir esta mañana era que, hace poco, mi padre intentó coger el coche otra vez. Es muy tozudo y padece de un senilismo precoz, por lo que a veces no encuentra los interruptores, por ejemplo, para las luces. Así, le dije a mi madre –y quizá también este fuera un comentario ambiguo–:

–De acuerdo, entonces podremos enterrarlo entre Fulda y Gießen[1] cuando volvamos a

hacer esa ruta la próxima vez. Pero también hay algo de seriedad en todo eso. La situación es realmente nueva para mí. A veces, realmente no sé si hacer una broma o retirarme y dejar que mis padres se las arreglen solos.

HELLINGER Cuando la muerte no tiene nada de terrible ni nada de serio, se la trata así. Así fue también esta mañana. Por eso te interrumpí en seguida. Hubo algo increíblemente destructivo en la manera en que hablaste de tus padres. Por regla general, considero en peligro de suicidio a las personas que hablan así. Por lo demás, parecen alegres, muchas veces incluso simpáticas, pero a pesar de todo se nota que se mueven en otra dirección muy distinta; por debajo se desarrolla otra dinámica totalmente diferente. La forma en que se habla demuestra que algo terrible ocurre en ese sistema, y esta sensación aun se intensifica por lo que acabas de decir. Ahora estás serio. ¿Ves la diferencia con esta mañana, lo serio, lo centrado que estás ahora? *(Al grupo)* Es importante que el terapeuta no permita este evadirse a la ironía ante asuntos serios. Inmediatamente hace volver al grupo a la seriedad. Al fin y al cabo, se trata de la vida y de la muerte.

LEO Pero no quería decirlo con ironía esta mañana. *(Se ríe)*.

HELLINGER *(Al grupo)* ¿Lo veis?, ya está otra vez. Acaba de demostrarlo nuevamente para que pudiéramos verlo. ¿Lo veis? Esto es, y es muy peligroso. Inmediatamente pienso que estas personas peligran, en el sentido de que traman algo, y es posible que ni siquiera sepan conscientemente de qué se trata. Se encuentran como impulsadas por una fuerza extraña. *(A Leo)* Tampoco puedes contener la risa; te impulsa. En un caso así se va a las raíces. ¿Hubo algo especial en la familia de tus padres?

LEO El padre de mi madre era minero y murió muy pronto de silicosis.

HELLINGER En un caso así, cuando un hijo o una hija alcanza la edad del padre que murió joven, frecuentemente piensa que ya no tiene derecho a seguir viviendo, o quiere seguir al padre en la muerte. En el caso de tu madre, si los hijos perciben o sospechan algo así en ella, uno de los hijos querrá hacerlo en su lugar. Ese hijo se ríe al pensar en la muerte.

La tumba

UTE Estoy muy centrada en lo que has dicho durante la última media hora. Me encuentro muy agitada. Tiene algo que ver con la culpa y el suicidio, pero no puedo decirlo exactamente. También tiene algo que ver con ese inclinarme profundamente ante mi madre; hay algo que me retiene de hacerlo, pero no sé lo que es.

HELLINGER La reverencia te sacaría de la tumba. ¿Algo más?

UTE No puedo decirlo. Me entristece que me digas algo así. No sé hasta qué punto es

cierto. No puedo decir nada al respecto, solo que me entristece. Seguramente será porque tiene algo que ver con la muerte. *(Rompe a llorar)*.

HELLINGER Por el momento lo dejaré así.

Dos tíos abuelos expulsados y un tío despreciado

FRANK Soy Frank, y conozco a Bert desde hace bastante tiempo. Estoy divorciado y tengo dos hijos, de 21 y 14 años, con los que, afortunadamente, mantengo una buena relación. Vivo con Dagmar en una casa propia y, después de unos años tormentosos, hemos encontrado una relación mucho más pacífica. Como psicoterapeuta trabajo con un enfoque muy sistémico y, a veces, al trabajar con clientes, me doy cuenta de que algunas cosas me afectan tan intensamente a nivel emocional que sospecho que aún hay algo que hacer en ese punto. También aquí ha habido algunas cosas que me afectaron muy intensamente. Primero, el destino de la hermana de Robert que no fue aceptada, y después, la historia del supuesto criminal de guerra. Antes he empezado a temblar tan intensamente que no pude seguir escribiendo. Tengo que saber sin falta qué dinámica es esta.

HELLINGER Entonces configúralo. Cuando hay tanta dinámica, hay que abordarlo en seguida.

FRANK Me refiero a mi familia de origen.

HELLINGER Exacto. ¿Quiénes pertenecen a ella?

FRANK Mi padre, mi madre, mi hermana, yo *(como segundo hermano)*, mi hermano menor y otra hermana más.

HELLINGER ¿Alguno de tus padres estuvo casado anteriormente, o comprometido, o mantuvo alguna relación seria?

FRANK No.

HELLINGER ¿Falta alguna otra persona?

FRANK Bueno, hubo personas en la familia que fueron expulsadas.

HELLINGER Empecemos con la familia nuclear. Después buscaremos si aún falta alguien más y lo integraremos. *(Frank posiciona primero a la madre. A la derecha de ella y a una cierta distancia, el padre. Delante de este, los hijos, uno a lado del otro, dos a la derecha y dos a la izquierda de él. Todos miran hacia delante en una misma dirección)* Cuando en una constelación, como aquí, todos miran en una misma dirección, allá delante faltan algunas personas. ¿A quién miran? ¿Quién tendría que estar allí delante? ¿Hubo algo especial en la familia de tu madre?

FRANK El abuelo murió en la Primera Guerra Mundial cuando mi madre tenía 12 años. Y después importa mucho que su hermano siempre fue la oveja negra.

HELLINGER ¿Qué quiere decir «oveja negra»?

FRANK En primer lugar, era homosexual; eso era grave. Además, se le consideraba totalmente incapaz; y eso también fue fatal en esa familia.

HELLINGER A este lo incluiremos. ¿Qué más ocurrió en la familia de tu madre?

FRANK Dos de sus tíos fueron enviados a Estados Unidos por ser unos fracasados. Uno de ellos bebía y era considerado un fracasado, y el otro era una especie de veleta.

HELLINGER Estos son los dos que faltan. El hermano de la madre solo los representa. Tenemos que colocarlos allí, delante de la familia. La importancia de estos tíos para la familia no resulta de su comportamiento, sino de su suerte. Que fueran enviados a Estados Unidos es lo decisivo aquí.

FRANK Por cierto, mi hermano también se marchó a Estados Unidos.

(Hellinger introduce a los excluidos colocándolos delante de la familia, primero al hermano de la madre y detrás de él a los dos tíos de la madre. A continuación, pregunta a los representantes).

HELLINGER ¿Qué ha cambiado para el padre?

PADRE Antes más bien miraba al vacío e iba flotando. Ahora hay tranquilidad, una especie de estabilidad, y puedo quedarme aquí.

HELLINGER ¿Qué tal la madre?

MADRE Veo a los tres solo con un ojo, pero quisiera mirarlos bien.

HELLINGER Ponte de manera que los veas.

MADRE Ahora está bien.

HELLINGER ¿Qué tal para la hija mayor?

PRIMERA HIJA Ha mejorado muchísimo. Antes estaba todo tan abierto aquí que podía entrar cualquier peligro, y me sentía como si la turba me hubiera puesto en la vanguardia, tenía que estar en primera fila. Ahora mi simpatía se dirige a mis tíos, allá delante; con ellos me encuentro bien.

HELLINGER *(Al representante de Frank)* ¿Qué tal para el segundo hijo?

SEGUNDO HIJO Aún no sé qué pensar de todo esto, si sentirme atraído o intimidado.

HELLINGER ¿Cuál es el sentimiento? ¿Qué ha cambiado?

SEGUNDO HIJO Me centra más.

HELLINGER ¿Cuál es el sentimiento? ¿Mejor o peor?

SEGUNDO HIJO Mejor.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el hermano menor que quería irse a Estados Unidos?

TERCER HIJO Pues antes no me encontraba muy bien. No notaba nada de estos aquí

detrás. No me sentía vinculado.

HELLINGER A ti te enviaremos a Estados Unidos en seguida.

TERCER HIJO Lo hago en seguida. En el momento en que estos tres estaban aquí, yo tenía claro que debía ir con ellos.

FRANK Además, mi hermano constantemente está visitando a unos familiares e insiste en que yo también vaya.

(Hellinger coloca al hermano menor al lado del grupo de los excluidos).

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hermana menor?

CUARTA HIJA Estoy contenta de que al menos haya alguien allí delante. Antes lo encontraba horrible porque no tenía ningún contacto hacia atrás, con la familia. Me sentía bastante perdida. Estoy contenta de que ahora haya unas cuantas personas aquí delante. Me siento un poco en medio, pero se aguanta.

HELLINGER Este es solo el punto de partida; a partir de aquí seguiremos trabajando. *(A Frank)* ¿Hay algo especial en la familia del padre?

FRANK Mi padre fue nacionalsocialista y nunca he sabido exactamente lo que hizo. Pero debió de tener un cargo importante, porque no lo llamaron a filas.

HELLINGER ¿Fue encarcelado después de la guerra?

FRANK Fue encarcelado, y durante años estaba furioso e indignado por la injusticia que se cometió con él y con Alemania.

HELLINGER Ahora configuraré el orden de manera que los excluidos sigan visibles para la madre, pero, al mismo tiempo, desaparezcan del campo visual de los hijos. *(Coloca a los padres juntos, la madre a la derecha del padre. A continuación, posiciona a los hijos enfrente de los padres, por orden de edades. A los tres excluidos los coloca juntos a una cierta distancia de la madre, pero bien visibles para ella)* ¿Cómo se encuentra la madre?

MADRE Aquí, al lado de mi marido, me encuentro bien.

HELLINGER ¿Qué tal el padre?

PADRE También mucho mejor que antes.

HELLINGER ¿Qué tal los hijos?

TODOS Bien.

HELLINGER *(A Frank)* ¿Quieres ocupar tu lugar? ¿Qué tal te encuentras aquí?

FRANK Es una buena sensación.

HELLINGER Este es el orden. Y los excluidos son reconocidos aunque no estén a la vista.

FRANK Lo que no me gusta en absoluto es que mi tío homosexual se encuentre al lado de los otros hombres excluidos, y que los tres estén juntos.

HELLINGER Entre otras razones, una persona se convierte en homosexual cuando tiene

que representar a otros miembros excluidos, considerados malos. Este es un caso típico. Es un destino duro, y tú no puedes intervenir aquí.

FRANK Sí. Quizá sería también bueno que tuviéramos la mirada abierta al futuro.

HELLINGER ¿Quieres que te enseñe cómo se mira hacia el futuro? Los cuatro hijos se dan la vuelta; así tienen a sus padres a sus espaldas.Los padres permanecen allí y los hijos pueden ir hacia delante. Este es el futuro. Pero aún pueden mirar a sus padres durante un tiempo. De acuerdo, ya está.

¿Quién pertenece al sistema familiar?

HELLINGER ¿Qué personas pertenecen al sistema familiar? ¿Por quién hay que preguntar en el momento de configurar la constelación de una familia? En este contexto, la palabra «sistema» se refiere a una comunidad de personas unidas por el destino a través de generaciones, cuyos miembros, de manera inconsciente, pueden verse involucrados en el destino de otros miembros. El alcance de este sistema se define por el alcance de los destinos causantes de implicaciones. Por regla general, estas son las personas que forman parte de esta comunidad:

- El hijo y sus hermanos o hermanastros, incluyendo a los fallecidos o nacidos muertos. Este sería el primer nivel.
- En el segundo nivel se encuentran los padres y los hermanos o hermanastros de estos, incluyendo a los fallecidos a temprana edad o los nacidos muertos.
- En el siguiente nivel se hallan los abuelos y, a veces, alguno que otro de sus hermanos o hermanastros. Esto último, sin embargo, es poco frecuente.
- A veces también pertenece al sistema alguno de los bisabuelos, aunque también esto es poco frecuente.
- Entre los hasta ahora mencionados revisten especial importancia aquellos que tuvieron una suerte dura o que sufrieron alguna injusticia por parte de otros miembros del sistema, por ejemplo, en caso de una herencia, o los que fueron excluidos, entregados, despreciados u olvidados.
- Después –y frecuentemente estas son las personas más importantes– siguen todos aquellos que hicieron sitio a otros en el sistema, aunque no haya ningún parentesco entre ellos. Es el caso, por ejemplo, de un cónyuge o novio anterior de los padres o abuelos, aunque ya haya muerto. También forman parte del sistema el padre o la madre de un hermanastro. Además, todos aquellos de cuya desventaja o pérdida otros miembros del sistema pudieron sacar algún provecho. Un ejemplo sería la persona que recibe una herencia porque otro murió pronto o fue desheredado.
- Además, forman parte del sistema todos aquellos que aportaron algo a favor de un miembro del sistema y que después fueron tratados injustamente, por

ejemplo, siendo manipulados. En este caso, sin embargo, debe tratarse de una desventaja importante o una injusticia grave. En este sentido, no pertenecen al sistema los tíos políticos o los primos. Algunos piensan que son de especial importancia para el sistema aquellas personas que convivieron con la familia, por ejemplo, una abuela o una tía. Para las implicaciones sistémicas, sin embargo, la proximidad física no tiene ninguna importancia. Al contrario, frecuentemente alguien se ve implicado en el destino de otra persona cuya existencia ni siquiera conoce. A lo largo de los años, el trabajo con constelaciones ha mostrado de forma cada vez más patente que entre supervivientes y muertos, y entre víctimas y perpetradores, se crea un profundo vínculo que, más allá de los afectados mismos, también tiene secuelas en sus descendientes. Así, por ejemplo, los soldados que volvieron de la guerra se sienten unidos de una forma especial a sus camaradas muertos y, de la misma manera, también a los enemigos que ellos mismos mataron. En consecuencia, los descendientes de estos soldados supervivientes interiormente se dirigen a los camaradas y a los enemigos muertos de sus padres y abuelos con el deseo de ponerse o echarse a su lado. Sienten un anhelo que a primera vista puede parecer asombroso, el anhelo de morir o –a veces– de suicidarse. Sin embargo, no hacen más que asumir el anhelo inconsciente de sus padres y sus abuelos, el anhelo de estar con sus camaradas y sus enemigos muertos. La solución consiste en que les permitan a sus padres y a sus abuelos –que en la mayoría de los casos ya han muerto también– que se echen al lado de sus camaradas o sus enemigos muertos. Así, en una constelación frecuentemente se da una unión muy emotiva entre personas que, cada cual por su parte, se sienten, o bien al servicio de poderes más grandes de lo que nuestros conceptos o juicios superficiales tolerarían, o bien víctimas de ellos. En consecuencia, estas personas se comprenden como expuestas; juntas se subordinan a un algo superior que no logran descifrar y, finalmente, se encuentran en plenitud, con profundo amor y con profundo respeto. Como muertos, dejan atrás lo pasado, entregándose llenos de paz a aquello que ahora les une en todos los aspectos. Algo similar se aplica también a los perpetradores y a las víctimas, por ejemplo, a los nacionalsocialistas recalcitrantes y a quienes estos menospreciaron, persiguieron y asesinaron. En la muerte, ambos comprenden que son dedos de una misma mano sobrehumana que, independientemente de nuestras ideas de justicia e injusticia, gobierna la Historia según leyes que sobrepasan en mucho nuestras esperanzas y deseos, revelando que nuestras distinciones entre el bien y el mal son superficiales.

Actuar sin obrar, mediante la imagen interior acertada

ROBERT Para mí, ya aparece la siguiente pregunta, es decir: ¿qué debo hacer con mi mujer en esta situación? Quisiera actuar y hacer algo, porque en estos momentos me encuentro en una especie de estado de espera. Eso me urge ahora. ¿O debería quedarme con lo otro y centrarme más en mi hermana muerta? Me cuesta dejarle tiempo y espacio al problema con mi mujer.

HELLINGER Los cambios en un sistema se producen a través de la imagen interior acertada. Te daré un ejemplo de otro curso. Una vez, al hablar de que era la imagen interior la que actuaba, una participante contó lo siguiente:

–Hace dos años, estuve en Viena, en un curso sobre guiones familiares, en el que configuré la constelación de mi familia actual. En la primera imagen que configuré, mi hijo menor, bastante más joven que sus dos hermanos, se encontraba entre mi marido y yo. La realidad era que muchas veces aún dormía con nosotros y era imposible sacarlo de nuestro dormitorio, es decir, solo a duras penas y cerrando la puerta con llave. Cuando volví a casa...

La interrumpí preguntando:

–¿Qué se hizo en la constelación familiar?

La participante:

–Se puso al pequeño al lado de los mayores. Cuando volví a casa, pensé: «¿Qué haré ahora?» Pero desde ese momento él mismo no expresó nunca más el deseo de venir a nuestra habitación. Yo no dije nada, y él ya no viene, sino que se va a su propia habitación. Esto me vino a la mente cuando dijiste que era la imagen interior la que actuaba.

Exige una disciplina interior especial confiar en la imagen interior acertada, sin interferir en el proceso, hablando u obrando precipitadamente. De esta manera puedes actuar sin obrar.

Amenazas de suicidio de la mujer

HARTMUT Mi primera mujer amenazaba muchas veces con suicidarse, y también expresó el deseo de que nos suicidáramos juntos. Aún estoy muy indignado porque las amenazas de suicidio, y después el agravamiento de la situación por la propuesta de un suicidio conjunto, me llevaron en aquel entonces a hacer concesiones increíbles que encasillaron toda mi vida. Aún no he superado esta indignación por el chantaje.

HELLINGER En terapia familiar existe un principio: *En lo que a bueno y a malo se refiere, el asunto es justo lo contrario de lo que se presenta*. Tú estás indignado porque tu mujer dijo que quería suicidarse. La pregunta es: ¿quién hubiera tenido que suicidarse

realmente en tu familia? ¿Eras tú o tu mujer? Un afecto tan vehemente hace sospechar que es justo al revés; de lo contrario, el afecto no tendría que ser tan violento. Ahora te dejaré tiempo para meditarlo.

La hija representa a la novia anterior para el padre

ULLA Me llamo Ulla. Estoy casada, y mi tema para este seminario es mi deseo no realizado de tener hijos. Después de muchas investigaciones supe de una novia que mi padre tuvo antes de casarse con mi madre. Él no cumplió su compromiso. Ella, sin embargo, lo esperó y se quedó soltera. Ahora vive cerca de la hermana de mi padre, es decir, mi tía, en la antigua República Democrática Alemana, y en los próximos días la visitaré por primera vez.

HELLINGER Esta novia es el modelo que determina tu guion.

ULLA No lo sé.

HELLINGER ¿Qué te dije?

ULLA Que esta novia es mi modelo.

HELLINGER Exacto.

ULLA No.

HELLINGER ¿El «no» cambia algo?

ULLA Por supuesto.

HELLINGER De acuerdo, configúralo; así podrás comprobarlo. *(Ulla posiciona a su padre y a su madre muy separados, el uno enfrente del otro. A la novia anterior de su padre la coloca detrás de este, un poco hacia la izquierda. Su hermano se encuentra a la derecha de la madre. Ella misma se encuentra apartada y equidistante del padre y de la madre. A Ulla)* ¿Tu madre tuvo algún compromiso o estuvo casada anteriormente?

ULLA No. Pero tuvo dos abortos antes de que naciese yo. Después pensaba que ya no podría tener hijos. Así que tomó un medicamento, y desde entonces está depresiva.

HELLINGER Pero ¿te tuvo a ti?

ULLA Sí, inmediatamente después me tuvo a mí. Más tarde volvió a tomar una medicación, y después tuvo a mi hermano.

HELLINGER *(Al grupo)* Cuando, como en esta constelación, un hombre y una mujer se encuentran el uno frente al otro, esto significa que la relación de matrimonio está terminada. ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE Terrible. Hacia delante no tengo ninguna relación, y tampoco hacia la derecha o

la izquierda. Desde atrás me traspasan, y no puedo darme la vuelta; es terrible. Me siento como desgarrado, no amado, apartado fríamente.

HELLINGER Con razón. *(Al grupo)* Ya no tiene salida. Quien trata así a una novia ya no tiene ninguna salida. Ha perdido toda oportunidad.

HELLINGER ¿Qué tal la madre?

MADRE Me siento expulsada, expulsada por mi marido. Estoy contenta de que esté aquí mi hijo.

HELLINGER ¿Qué tal el hijo?

SEGUNDO HIJO No me encuentro tan mal. Me extraña, pero me siento bien aquí como hijo.

HELLINGER *(A la representante de Ulla)* ¿Qué tal la hija?

PRIMERA HIJA Es rarísimo. No quiero tener nada que ver con todos estos.

HELLINGER *(Al grupo)* Estos igualmente podrían ser los sentimientos de la novia.

HELLINGER ¿Qué tal la novia anterior?

NOVIA ANTERIOR DEL PADRE Cuando me has puesto aquí, he pensado: «He ganado».

(Hellinger coloca a la representante de Ulla al lado de la novia anterior del padre).

HELLINGER *(A la representante de Ulla)* ¿Qué tal así?

PRIMERA HIJA Cuando se le ha preguntado a la novia cómo se encontraba, ha sido lo primero que realmente me ha interesado. En ese momento me he fijado. Pero así es muy desagradable.

HELLINGER Acércate más.

PRIMERA HIJA Es lo que estoy intentando. Es muy curioso. Es como si ella se apoyara en mí y yo tuviera que sostenerla. Es confuso. No va así.

HELLINGER ¿Qué tal la madre ahora?

MADRE Mejor. La agresividad ha desaparecido.

HELLINGER ¿Quién debería estar realmente al lado de la novia?

MADRE No lo sé.

HELLINGER Tú deberías estar allí. Ponte allí de una vez.

(La madre se pone al lado de la novia anterior del padre; la hija vuelve a su lugar).

MADRE Ahora está bien.

HELLINGER Exacto. Esta es la causa de la depresión. *(Al grupo)* Solo mostrándose solidaria con la novia puede encontrarse bien. Ella tiene que estar allí. ¿Cómo se encuentra ahora la novia anterior?

NOVIA ANTERIOR DEL PADRE Bien.

(Hellinger coloca a los hijos al lado de la madre. La novia anterior del padre se

encuentra a la derecha de ella. Después posiciona al padre lejos de ellos, dando la espalda a toda la familia y mirando hacia fuera).

HELLINGER ¿Qué tal el padre?

PADRE Desconectado, pero el futuro abierto.

HELLINGER ¿Te encuentras mejor o peor?

PADRE Muy ambivalente.

HELLINGER ¿Qué tal así para la novia anterior?

NOVIA ANTERIOR DEL PADRE Pues hacia la izquierda me siento bien. Es bonito así. Pero hacia mi novio anterior sigo sintiendo pena.

HELLINGER A él ya no lo puedes tener.

NOVIA ANTERIOR DEL PADRE Bueno, en realidad miro más a estos aquí, a mi izquierda, que a él.

HELLINGER Podemos probar cómo sería si... *(Coloca al padre y a su novia anterior, como pareja, enfrente de la familia)* ¿Qué tal así para el padre?

PADRE Por primera vez, soportable.

HELLINGER ¿Qué tal para la madre?

MADRE Mucho mejor.

HELLINGER ¿Qué tal para la novia?

NOVIA ANTERIOR DEL PADRE Bien.

PRIMERA HIJA Hasta ahora, esta es la mejor constelación para mí. Pero ya va siendo hora de que me vaya y sea independiente.

HELLINGER *(A Ulla)* Ven y ocupa tú misma tu lugar.

ULLA *(Al estar en su lugar)* Está bien así.

El lugar bueno para los hijos

JAN Cuando, en una constelación familiar, los hijos se encuentran justo enfrente de los padres, yo lo vivo como un enfrentamiento.

HELLINGER Esta es una sensación que deduces de la imagen, ya que los participantes mismos no lo viven como un enfrentamiento. Los padres son un grupo y los hijos son otro grupo, y sus posiciones corresponden exactamente a la jerarquía establecida según el orden de origen. *El orden de precedencia siempre se configura en un movimiento circular, en el sentido de las agujas del reloj.* Este orden también se mantiene si los padres se encuentran en un lado y los hijos en el otro. Es lo que has podido ver en la constelación de Ulla: primero estaba el marido, después la novia, después la mujer, la

primera hija y, finalmente, el segundo hijo. Pero el lugar que se les asigna dentro de este orden de precedencia siempre depende de las circunstancias. Cuando los hijos tienen que pasar a la esfera del padre, se ponen más cerca del padre. Cuando tienen que pasar a la esfera de la madre, se colocan más cerca de la madre. Aquí tenían que estar más cerca de la madre, por lo que tampoco se encontraban directamente enfrente de ella. Sin embargo, donde no existe esta necesidad, los hijos se encuentran enfrente de ambos padres.

JAN Antes tenía como imagen ideal de la familia que los hijos se colocaran en el sentido de las agujas del reloj, pero no en una posición tan frontal, sino más bien en un semicírculo.

HELLINGER No, no. Aunque los padres se encuentren en un lado y los hijos en el otro, el círculo está cerrado. Es diferente cuando faltan algunas personas. Al introducirlas en el círculo, estas a veces se ponen entre padres e hijos, por ejemplo, una hermana gemela de la madre, que murió.

JAN Estando tan cerrado el sistema, ¿cómo pueden desprenderse los hijos entonces? ¿Acaso girándose?

HELLINGER Exactamente. Cuando llega el momento de desprenderse, los hijos se dan la vuelta y se dirigen hacia adelante, dejando atrás a los padres. Los padres, por su parte, permanecen en su lugar, mirando a los hijos con cariño. Esta es la buena solución para todos. También es una buena manera de disponer *los asientos en la mesa*: los padres en un lado y los hijos enfrente de ellos, de acuerdo con el orden de precedencia, es decir, el primero a la derecha, el segundo a la izquierda de aquel, etcétera. Este es un orden que asegura la paz en la mesa.

La identificación inconsciente con una pareja anterior de los padres

UTE ¿Cómo es posible que una hija se identifique con la mujer anterior del padre, a la que ni siquiera conoce?

HELLINGER No es necesario conocer a las personas con las que uno está identificado. La presión que conduce a la identificación proviene del sistema y actúa sin que se sepa nada de las personas a las que uno tiene que representar. Así pues, si el padre tuvo anteriormente una relación intensa con otra mujer, hay que partir de la base de que una hija imitará a esa mujer, representándola en la familia sin darse cuenta. Asimismo, si la madre tuvo antes una relación intensa con otro hombre, hay que partir de la base de que un hijo imitará a ese hombre, representándolo en la familia sin darse cuenta. Así, la hija se convierte en rival de la madre sin que ni ella ni la madre sepan el porqué, y el hijo se convierte en rival del padre sin que ni él ni el padre conozcan el motivo. la presión que

lleva a la *hija* a representar a una anterior mujer o amante del padre a través de la identificación disminuye en cuanto la madre reconoce y respeta a la mujer anterior como anterior y, a la vez, se pone conscientemente entre la mujer anterior y el marido, para así tomarlo plenamente como su marido. Independientemente de la actitud que la madre tome ante la anterior mujer o novia de su marido, la hija puede librarse de la identificación en cuanto sea consciente de ella y le diga a la madre –aunque solo sea interiormente–: *«Tú eres mi madre y yo soy tu hija. Solo tú eres la verdadera; con la otra no tengo nada que ver».* Y cuando le dice al padre –aunque solo sea interiormente–: «Esta es mi madre y yo soy su hija. Solo ella es la verdadera para mí; con la otra no tengo nada que ver». Entonces la hija puede amar a su madre como lo que es, su madre; y la madre puede amar a su hija como lo que es, su hija, sin temer en ella a una rival. Así, la hija también puede dirigirse con cariño al padre y amarlo como lo que es, su padre; y el padre puede dirigirse a la hija y amarla, sin buscar en ella a una mujer o a una amante anterior. lo mismo se aplica para el *hijo*. La presión de representar a un anterior marido o amante de la madre a través de la identificación disminuye en cuanto su padre reconoce y respeta al marido anterior como anterior y, con todo, conscientemente se pone entre este y su mujer, tomándola plenamente como su mujer. Independientemente de la actitud que tome el padre ante el marido o amante anterior de su mujer, el hijo puede librarse de la identificación en cuanto es consciente de ella y le dice al padre –aunque solo sea interiormente–: *«Tú eres mi padre y yo soy tu hijo. Solo tú eres el verdadero para mí. Con el otro no tengo nada que ver».* Y si le dice a la madre –aunque solo sea interiormente–: *«Él es mi padre y yo soy su hijo. Solo él es el verdadero para mí. Con el otro no tengo nada que ver».* Así, el hijo puede dirigirse a su padre con cariño, amándolo como su padre; y el padre puede dirigirse a su hijo y amarlo sin temer en él a un rival. De igual modo, el hijo puede dirigirse a la madre y amarla como su madre; y la madre puede dirigirse al hijo y amarlo como su hijo, sin buscar en él a un marido o un amante anteriores. A veces, la identificación inconsciente con una anterior pareja anterior de los padres puede llevar a una psicosis, sobre todo si un hijo varón tiene que representar a una mujer anterior del padre, o si una hija tiene que representar a un marido anterior de la madre, porque no se dispone de ningún niño.

Preocuparse por Dios

RUTH Me llamo Ruth. De profesión soy pastora protestante, pero ha habido muchos cambios durante los últimos años porque acepté más responsabilidades y, hace poco, también fui elegida para un cargo directivo en el gremio. Me doy cuenta de que aún tengo que encontrar mi lugar en ese equipo, lo cual me preocupa hasta en sueños.

HELLINGER Como último miembro elegido en ese grupo aún tienes que ganarte una posición antes de poder ejercer una influencia. Por tanto, deja que durante un tiempo sean los demás los que se ocupen de lo necesario, y tú asiente a sus decisiones.

RUTH Mientras ocurre lo que ocurre aquí en el grupo, y tú estás hablando, continuamente me encuentro reunida con el gremio eclesiástico, escuchando todo en este contexto.

HELLINGER Te diré algo respecto de los cargos directivos eclesiales: se distinguen por su falta de confianza en Dios y la importancia exagerada que dan a su propia planificación. Si Dios existe, los directivos eclesiales no tienen por qué preocuparse tanto. Hubo una vez un tal Pedro. De él hay un relato en los Hechos de los Apóstoles: encontrándose San Pedro ante el tribunal en Jerusalén, un tal Gamaliel, uno de los sumos sacerdotes, dijo una frase sabia, ¿te acuerdas?

RUTH Ahora sé a lo que te refieres.

HELLINGER «Si esta obra es de Dios, no conseguiréis destruirla. Y, si no es de Dios, se destruirá sola, sin que vosotros tengáis que intervenir».

RUTH Aún no he acabado.

HELLINGER Ya lo veo. Pero quien finalmente llega a esta visión se encuentra en esos gremios como si no estuviera, y en ese mismo momento puede actuar.

RUTH Está bien. Pero noto que aún se interpone otra cosa y quisiera comprender lo que ocurre.

HELLINGER Pretendes comprender los caminos de Dios. Podría ser que precisamente a través de algún fracaso se cumpla la voluntad de Dios, quién sabe.

RUTH Me conmueve, pero no lo comprendo. ¿Por qué?

HELLINGER Aún hay otra reflexión: ¿cómo puede alguien interferir en los designios de Dios? ¿Quién es el malo –hablando en términos teológicos o filosóficos– que pueda contrariar a Dios o hacer algo en contra de él? ¿Y quién es el bueno que pueda hacerlo?

RUTH No entiendo por qué quiero llorar ahora.

HELLINGER Te lo diré: recuerdo nuestra última sesión primaria.

RUTH La tengo presente constantemente.

HELLINGER Debes despedirte del sueño de la niña pequeña, la niña pequeña que sueña con que, a través de su amor, conseguirá que su padre vuelva de la guerra. Significa despedirte del sueño de que eso esté a tu alcance. Así lo recuerdo yo. Y eso es lo necesario aquí: despedirte de un sueño muy bonito. ¿Comprendes la relación que una cosa guarda con la otra?

RUTH No, no del todo. Pero aún hay otra cosa más: desde que has dicho aquello de las imágenes interiores, me siento impulsada por sentimientos encontrados.

HELLINGER Antes, yo también iba a conferencias eclesiales, y a veces dejaba caer alguna

frase sobre algo que había percibido como bueno o apropiado. Entonces los demás sacudían las cabezas, pero, al cabo de un año, alguno de ellos decía la misma frase, recibiendo la aprobación general con toda naturalidad. Ver cómo una frase actúa silenciosamente durante un año divierte secretamente. ¡Pero tiene que ser la frase acertada!

¿Con quién debe ir la hija de una madre divorciada y drogadicta?

CLAUDIA Estoy buscando la frase acertada para un peritaje que estoy escribiendo estos días. Se trata de una niña de cuatro años y medio cuya madre es drogadicta.

HELLINGER ¿Qué ocurre con el padre?

CLAUDIA Los padres viven separados. Mientras la madre, en muchas ocasiones, estuvo en la clínica, el padre se ocupaba de la niña; y, cuando la mujer se separó de él, él se juntó con otra mujer. Es una relación que está empezando. Ella también tiene dos hijos.

HELLINGER ¿De qué asunto se ocupa el peritaje?

CLAUDIA De dónde debe ir la niña.

HELLINGER Tiene que ir con el padre.

CLAUDIA Y si el padre deja a la niña sobre todo con sus padres, ¿también está bien?

HELLINGER No, tiene que llevarla a su casa, con su familia. La otra mujer aporta dos hijos a la relación; si él también aporta a su hija, se encontrarán más equilibrados, lo cual favorece la relación. Ya por eso sería propicio, sin contar que para la hija sería bueno.

CLAUDIA Es decir, ¿la hija tiene que separarse de la madre drogadicta?

HELLINGER Sí, tiene que separase de la madre drogadicta.

CLAUDIA ¿Y qué recomendarías en caso de que la madre se cure, dentro de uno o dos años?

HELLINGER La hija tiene que quedarse con el padre.

CLAUDIA ¿Aunque sea una niña?

HELLINGER Aun así, tiene que estar con el padre.

CLAUDIA ¿Y qué ocurre con el derecho de visita? ¿Hasta qué punto debe la madre tener la posibilidad de visitar a su hija?

HELLINGER Como madre tiene pleno derecho; este debe ser respetado. Pero, mientras dure la toxicomanía, hay un cierto peligro para la niña. Por tanto, hay que sopesar qué sería razonable. Solo cuando la madre supere la adicción dejará de haber inconvenientes.

CLAUDIA ¿Y cómo manejo la incomprensión que la familia del marido muestra ante su enfermedad? Yo veo la toxicomanía de la madre como una enfermedad. La familia de su

marido, en cambio, más bien la desprecia, tratándola como si fuese una inútil y una irresponsable.

Lo que lleva a la toxicomanía

HELLINGER Una persona se convierte en toxicómana cuando la madre le decía: «Lo que viene del padre no vale nada. Toma tan solo de mí». En un caso así, el hijo se venga de la madre, tomando tanto que le perjudica. *Con la toxicomanía, por tanto, el hijo se venga de su madre* porque esta le impidió tomar de su padre. ¿Lo comprendes?

CLAUDIA Sí, aunque no era esta mi pregunta. Pero es muy importante para mí. Mi pregunta inicial era qué puedo hacer yo por la hija o por la madre, ya que esta es poco valorada en la familia en la que se cría la niña. ¿Cómo puedo intervenir en este caso?

HELLINGER Podrías explicarle al marido cómo se desarrolla la toxicomanía. Así tendría otra visión. Y también podrías decirle al marido que la niña se encontrará bien si él respeta y ama a la madre en la niña. Te daré un ejemplo.

Una mujer trajo a su marido a una psicoterapia para que por fin hiciera algo para sí mismo. Ella ya había participado en muchos grupos, había hecho terapia primaria y un sinfín de cosas más. Así pues, el marido vino a un grupo y, al verlo, le dije:

–¿Tú qué haces aquí? Mirándote, se ve claramente que estás bien. Tú no necesitas estar aquí.

El hombre se alegró mucho. Era un artesano, un hombre sencillo. Después, unos días más tarde, dijo que no entendía cómo podía estar tan bien, puesto que no había conocido a su padre. Este había muerto en la guerra, cinco semanas antes de que naciese su hijo. Le contesté:

–Puede que no lo echaras en falta porque tu madre quería y respetaba mucho a tu padre.

–Sí –dijo–, así lo hizo.

Más tarde configuramos a su familia; la configuraré otra vez para vosotros. *(Posiciona primero a la madre, después al padre, detrás de ella, un poco hacia la derecha. El hijo se encuentra enfrente de ellos dos)* Esta fue la constelación. La mujer dijo:

–Siento como si una mitad de mí fuera el hombre.

Entonces coloqué al marido directamente detrás de ella.

Ella dijo:

–Ahora él y yo somos uno.

El hijo se encontraba muy bien en esa situación. Así sucede cuando uno respeta y valora al otro; entonces puede representar a los dos.

MADRE También yo lo siento así.

HELLINGER *(Al hijo)* ¿Cómo te encuentras?

HIJO Siento un calor agradable en todas partes.

HELLINGER No se echaba en falta al padre porque fue respetado. *(Al grupo)* Los hijos se encuentran bien cuando el padre, en los hijos, respeta y valora a la madre, y cuando la madre, en los hijos, respeta y valora al padre. Así, los hijos se sienten completos. Por tanto, en un divorcio, la tutela debe ser adjudicada a aquel de los padres que en los hijos respete y valore más al otro cónyuge. Por regla general, este es el marido. Pero las mujeres pueden ganárselo.

CLAUDIA ¿De qué manera?

HELLINGER Si también lo hacen así.

THEA Aún tengo otra pregunta más en relación con la toxicomanía. Has dicho que la toxicomanía es la fidelidad al padre. Como la madre dice que del padre no viene nada bueno, el hijo se convierte en toxicómano. Pero también has dicho algo más, algo muy importante que no he captado: ¿qué ocurre en la toxicomanía?

HELLINGER El hijo toma tanto de la madre que le perjudica. Esta es la toxicomanía. Por este motivo, *solo los hombres deben tratar a los toxicómanos*. Las mujeres no son capaces de hacerlo, a no ser que respeten y valoren al padre del toxicómano. Entonces pueden representarlo de la manera que vimos en nuestro ejemplo.

DAGMAR ¿Puede decirse así, como regla general, o supone alguna diferencia que sea un hombre o bien una mujer quien cae en la toxicomanía?

HELLINGER No, en principio siempre es así.

DAGMAR O sea, que la situación es la de una madre que le dice al hijo adicto: «Lo que viene de tu padre no vale nada. Toma solo de mí». Pero ¿qué ocurre cuando también el padre es toxicómano, por ejemplo, alcohólico, y la madre le dice al hijo: «Lo que hace tu padre no vale nada»?

HELLINGER En un caso así, la madre debe decirle al hijo: *«En ti quiero a tu padre, y estoy de acuerdo con que seas como él».* El efecto es extraño, ya que, al ser respetado el padre en el hijo, este no tiene por qué convertirse en alcohólico. El procedimiento, por tanto, es justo lo contrario de lo que normalmente ocurre en la práctica.

THOMAS Eso significaría que la intensificación de los problemas de toxicomanía en el mundo occidental está relacionada con esta dinámica.

HELLINGER Sí. Los hombres están en retirada. Las mujeres desprecian cada vez más a los hombres, y con ello aumentan las toxicomanías. Es un proceso muy normal. Las mujeres no pueden simplemente eliminar a los hombres.

Toxicomanía como expiación

GERTRUD Hasta que se ha mencionado la palabra «toxicomanía» pensaba que no tenía nada que ver conmigo. Mi padre era alcohólico y mi madre siempre me decía que yo era como él. Pero eso más bien era por miedo. Durante un tiempo tuve también bastantes problemas con el alcohol, y a lo que aún ahora tengo adicción es a la nicotina.

HELLINGER Una vez vino una mujer con una personalidad fuerte, pero más tarde le fue mal. Tuvo un brote psicótico y empezó a beber. Por eso quiso hacer unas cuantas sesiones más conmigo. La acepté y lo primero que surgió fue lo siguiente: vio a su madre, borracha, en el suelo; a su padre, impotente, a su lado, y a sí misma, enfadada con la madre. Le dije:

–Imagínate a tu madre aquí en el suelo, y ahora échate a su lado y mírala con amor.

Así lo hizo. De pronto, el amor a la madre podía fluir y ella estaba libre de la necesidad compulsiva de expiar.

Lo mismo puedes hacer tú con tu padre: te lo imaginas borracho, te sientas o te echas a su lado –teniendo presente a tu madre– y lo miras con cariño.

GERTRUD Es decir, que la madre debe estar presente.

HELLINGER Sí, en la imagen; porque se trata de una imagen.

GERTRUD Sí, sí. El padre siempre era muy agresivo.

HELLINGER No, no, eso no me interesa. Ya tienes la solución; eso basta. Una vez que tenemos la solución, ya no necesitamos ningún problema.

La intuición va unida al amor

HELLINGER *(A Gertrud)* La intuición únicamente funciona si estoy orientado hacia la solución, ya que, de esta manera, también me oriento hacia el amor y el respeto. Así, ya no necesito oír historias sobre una persona. En cambio, sintiendo curiosidad, dirigiendo mi atención al problema y queriendo saber más del problema, la intuición falla. Siempre va unida al amor.

Toxicomanía como intento de suicidio

Las toxicomanías peligrosas, por ejemplo, con drogas duras, como la heroína, a veces

son un intento de suicidio encubierto. Frecuentemente siguen la dinámica del «te sigo», o del «mejor que sea yo que tú»; a veces, la dinámica también es la del «yo me muero contigo». Aportaré un ejemplo.

Una joven heroinómana dijo:

–Mi madre tiene cáncer y está a punto de morirse.

Así, configuramos la constelación con ella y con su madre, mirándose desde una cierta distancia. Fue sobrecogedor ver el gran amor con que la hija miraba a su madre. Le extendía los brazos diciendo: «Me voy contigo». Estaba clarísimo que la hija quería morir con la madre.

El movimiento sanador hacia la madre

UTE Durante todo este tiempo me he sentido muy agitada por tu frase de que la reverencia me sacaría de la tumba. De momento me siento algo mejor, pero muy debilitada. También he tenido dolores en la pelvis y en el tórax, pero de momento han disminuido un poco. Por primera vez, al pensar en mi madre –y esto me da vueltas en la cabeza todo el tiempo– veía a mi madre como muy...

HELLINGER No quiero descripciones de los padres, no llevan a ninguna parte. Lo único importante son los hechos.

UTE Por primera vez he tenido la idea de que mi madre quizá se hubiera suicidado, o que al menos pensaría en ello. Y eso es nuevo para mí.

HELLINGER Ahora llegamos al grano. *(Ute solloza)*.

UTE Más aún, porque siempre lo había vivido de manera muy distinta.

HELLINGER ¿Ves como la quieres? *(Al grupo)* Este es un sentimiento doloroso, cuando alguien llega al amor.

UTE Requiere muchísima fuerza.

HELLINGER No, no digas nada. Es un sentimiento bueno y actúa por sí solo. Yo lo dejaré aquí. *(Ute se levanta y quiere salir de la sala)* No, quédate aquí. Es mucho mejor que te quedes aquí; estarás mucho mejor con nosotros. Ponte a mi lado y apóyate en mí. *(Ute solloza nuevamente)* Respira profundamente y deja la boca abierta. Abrázame, con los dos brazos. Así, exacto. Así está mejor. Respira con fuerza; la boca abierta; espira profundamente. ¿Cómo le decías a tu madre de pequeña? ¿«Mama»? ¿«Mami»?

UTE Mama.

HELLINGER Di: «Mama».

UTE ¡Mama! ¡Mama!

HELLINGER «¡Querida mama!»
UTE ¡Querida mama!
(Hellinger la sujeta hasta que el llanto cesa).
HELLINGER ¿Cómo te encuentras ahora?
UTE Me siento agradecida.
HELLINGER *(Al grupo)* Aquí ha llevado a término un movimiento interrumpido hacia la madre. ¿Os dais cuenta de lo doloroso que es? ¿Y cuán profundo es? ¿Y cómo la persona lo guarda y protege en su interior sin atreverse a retornar a ese punto?

Sanar el movimiento amoroso hacia los padres

A través de los padres

La persona más idónea para ayudar al niño a llevar a término el movimiento interrumpido hacia uno de los padres es la madre, dado que, en la mayoría de los casos, el movimiento se dirige a ella. Con niños pequeños, esto aún se consigue fácilmente. La madre coge en brazos al niño, sujetándolo con amor y firmeza hasta que el amor, convertido en rabia y dolor a raíz de la interrupción, vuelva a fluir abiertamente como amor y anhelo hacia la madre, y el niño se relaje en sus brazos.

También con un hijo adulto la madre puede ayudar a llevar a término un movimiento interrumpido, cogiéndolo en brazos para así anular las consecuencias de la interrupción. Para este fin, sin embargo, el proceso debe transferirse al pasado. Allí donde ocurrió la interrupción también hay que reanudar el movimiento y llevarlo a la meta de aquel entonces. Ya que es el niño de aquel entonces el que quiere llegar a la madre, y también ahora quiere llegar a la madre de aquel entonces. Por este motivo, tanto el hijo como la madre deben convertirse en el niño y la madre de entonces, sintiendo como en aquel momento. Ahora bien, la pregunta es: ¿cómo puede darse la oportunidad para unir a los que tanto tiempo estuvieron separados?

Os contaré un ejemplo: una madre estaba preocupada por su hija adulta. La hija, sin embargo, huía de la madre y solo iba a su casa en raras ocasiones. Le dije a la madre que tenía que volver a coger en brazos a su hija, como una madre coge a una niña triste, pero que de momento no hiciera nada, sino que dejara que la imagen buena actuara en su alma hasta que los hechos surgieran como por sí solos. Más tarde me contó que, después de un año, su hija volvió a casa y, cariñosamente y en silencio, se abrazó a ella. La

madre, por su parte, durante mucho tiempo la sujetó con cariño. Después, la hija se levantó y se fue. Ni ella ni la madre habían dicho ni una palabra.

A través de representantes de los padres

Cuando la madre o el padre no están disponibles, pueden ser representados por otras personas. Para el niño pequeño, estas serán parientes o educadores; para un adulto, quizá un psicoterapeuta experto. El ayudante –o el terapeuta–, sin embargo, espera el momento idóneo. Interiormente se une a la madre o al padre del hijo, actuando tan solo como representante de ellos y en su nombre. Ama en lugar de los padres, dirigiendo el amor del hijo, que en un primer plano se le ofrece a él mismo, hacia los padres. En cuanto el hijo acabe de llegar a sus padres, el terapeuta se retirará silenciosamente. Así, a pesar de tanta intimidad, guardará las distancias y permanecerá interiormente libre.

La reverencia profunda

En el hijo adulto, el movimiento hacia los padres a veces se obstaculiza por el desprecio que siente hacia ellos, o por los reproches contra ellos que calla, porque se considera mejor o quisiera ser mejor, o porque desea algo que ellos no le dan. En este caso, el movimiento hacia los padres debe ir precedido por una profunda reverencia.

Esta reverencia es, en primer lugar, un acto interior; no obstante, cobra más profundidad y fuerza cuando se realiza de manera visible y audible, por ejemplo, configurando a la familia del hijo en un grupo sensato, en el que el «niño» se arrodilla delante de los representantes de sus padres, bajando la cabeza hasta el suelo, extendiendo hacia ellos los brazos, con las manos abiertas hacia arriba y permaneciendo en esta postura hasta que esté dispuesto a decirle a uno de ellos *(o a ambos)*: *«Te honro / os honro»*. A veces puede añadir: *«Lo siento»*. O: *«No lo sabía»*. O: *«Por favor, no me lo tomes a mal»*. O: *«Os he echado mucho de menos»*. O simplemente: *«¡Por favor!»* Solo entonces el hijo puede levantarse y acercarse a ellos con amor, abrazándolos cariñosamente y diciendo: «Querida mamá», «querida mami», «querido papá», «querido papi» o, simplemente, «mamá», «mami», «papá», «papi», o cualquiera que fuera la manera en que de niño se dirigía a sus padres. Es importante que durante todo este proceso los representantes de los padres permanezcan en silencio y, sobre todo, que no vayan al encuentro del hijo cuando este se incline ante ellos, sino que reciban la reverencia en lugar de los padres hasta que se haya cumplido debidamente con el

respeto, deshaciéndose lo que antes los separaba. Solo en el abrazo le responden también con su abrazo.

El coordinador del grupo dirige el proceso. Él decide en qué momento está indicado el movimiento hacia los padres y si este debería ir precedido de una reverencia. Asimismo, le dice al «niño» qué palabras debe pronunciar durante la reverencia o el abrazo. Al mismo tiempo está atento a cualquier señal de resistencia para ayudar a superarla, por ejemplo, diciéndole al «niño» que respire profundamente, que mantenga la boca ligeramente abierta y que deje caer la cabeza hacia adelante. Entre las resistencias se cuentan todos los sentimientos que debilitan, por ejemplo, las quejas o los ruidos difusos producidos al respirar. El terapeuta le pide que resista a la debilidad y que vaya hacia la fuerza, respirando silenciosamente. Todo lo que debilita únicamente repite la interrupción en vez de curarla. A veces, el coordinador del grupo pone su mano entre los omóplatos del «niño» para darle seguridad y apoyar suavemente el movimiento. A veces interrumpe el proceso cuando no existe la plena voluntad de valorar a los padres. En otras ocasiones puede interrumpir después de la reverencia sin añadir nada más; este sería el caso de un hijo que cometió una gran injusticia con sus padres o que les debe una reparación.

Cuando, durante una constelación familiar, no se le puede exigir al cliente mismo la reverencia ante los padres, o el movimiento hacia ellos, es posible que su representante en la constelación lo represente también en este caso, diciendo y haciendo en su lugar lo que sea necesario. A veces, este procedimiento puede ser incluso más efectivo que si el cliente lo realiza personalmente.

El movimiento amoroso más allá de los padres

El movimiento hacia nuestros padres y la reverencia ante ellos se logran cuando, al mismo tiempo, este movimiento va más allá de los padres. Al lograrse realmente, se experimenta como afirmación consciente de nuestro origen y de sus consecuencias, como realización más profunda de nuestro destino. El que, en este pleno sentido, realiza el movimiento hacia los padres y la reverencia ante ellos, también puede ocupar su lugar de hijo al lado de sus padres, con dignidad y rectitud y a un mismo nivel, ni superior ni inferior al de ellos.

El papel de víctima como venganza

HARTMUT Ayer dijiste de pasada: «La fidelidad estorba a la vida».

HELLINGER No lo recuerdo. Pero, para que una frase dicha aquí no se generalice con demasiada facilidad, te diré otra: *«La práctica estorba a la teoría».*

(Risas en el grupo).

HARTMUT No estoy para bromas, porque, para mí, el día acabó con que, después de mencionar la vulnerabilidad y el chantaje por las amenazas de suicidio de mi primera mujer, tú me dijiste que en nuestro trabajo lo bueno y lo malo frecuentemente eran justo lo contrario de lo que se pensaba, y que quizá era yo el que tenía que haberse suicidado. En un principio, esa idea fue absolutamente nueva e inaceptable para mí, y me quedé pensando. No llegué a ninguna conclusión. Tampoco había pensado nunca de manera consciente en un suicidio; todo lo contrario, siempre me había chocado en los demás.

HELLINGER Por supuesto, es lo mismo si te choca.

HARTMUT Eso lo comprendo. Pero me di cuenta de que, después del divorcio y durante unos tres años, tuve pesadillas terribles sobre suicidios, es decir, me suicidaba de todas las maneras posibles; pero nunca llegué a aceptarlo realmente. En sueños, una y otra vez también aparecía mi segunda hija, con la que mantengo una relación muy cariñosa.

HELLINGER De todos modos, has entrado en contacto con el tema. Ahora puedes mirarlo consciente y abiertamente. Por tu constelación familiar se ve claramente que fuiste elegido como víctima. Los que estudian teología entre los católicos... ¿Eres católico o protestante?

HARTMUT Protestante, pero con reservas.

HELLINGER Entre los católicos aún es más pronunciado que entre los protestantes. Los que estudian teología, en la mayoría de los casos, han sido elegidos como víctimas, sobre todo cuando después se dedican al ministerio. Estas son reminiscencias del sacrificio infantil tal como se describe en la Biblia, por el bien de la familia.

HARTMUT El sacrificio del primogénito. Ayer me di cuenta muy claramente de que había adoptado un papel de víctima, difícil de abandonar. Me di cuenta de que siempre había interpretado los sucesos de mi vida desde el papel de víctima.

HELLINGER Te diré algo: el papel de víctima es la forma más sutil de la venganza.

(Hartmut se ríe) Exacto. En la lucha de poderes, las víctimas salen vencedoras. ¿Algo más, Hartmut?
HARTMUT Al menos puedo seguir dando vueltas.

La promesa

SOPHIE Aún quisiera decir que ayer por la noche hablé con mi marido y le conté lo que había vivido y sentido aquí, y que fue una conversación muy bonita. Me dijo que pensara en que él es mi marido.

La compensación

BRIGITTE Ayer quedé tan rendida como después de siete días de uno de mis propios talleres.
HELLINGER Eso pasa por querer solo observar.
BRIGITTE Continuamente tengo que pensar en mi hija mayor, que, como protesta, se fue a vivir a otra ciudad –como protesta contra mí–; y que, en señal de protesta, en un principio no empezó ninguna carrera universitaria; y que, como protesta, quería tener cinco hijos –y yo tengo cuatro–; y que, finalmente, aunque acabó estudiando psicología, ahora no acepta ningún trabajo. Es la única de mis hijas con la que no me entiendo, con la que no me llevo bien.
HELLINGER Puesto que no quieres trabajar aquí, tampoco podemos hacer nada. Esta ha sido mi venganza.
BRIGITTE Sí, asqueroso. Desde luego quiero trabajarlo.
HELLINGER ¿Ah, sí? ¿Aquí?
BRIGITTE Sí.
HELLINGER Lo haré, pero más tarde.

Alivio inesperado

GERTRUD Por primera vez desde hace mucho tiempo, esta noche no se me ha dormido la mano. A pesar de todo, he podido pensar con cariño en aquel hombre. Esta mañana he estado realmente sorprendida porque no me había despertado.

Pacífico

ROBERT Me encuentro bien, muy bien, y también siento a la pequeña Adelheid a mi lado. Es una sensación fabulosa. Me doy cuenta de que también hacia mi mujer me estoy volviendo más pacífico. Me parece tan increíble la relación entre la pequeña Adelheid, ya muerta, y los sentimientos hacia mi mujer.

HELLINGER La lógica sigue leyes distintas de las que rigen el alma o la realidad. Lo que es verdadero lo ves por sus efectos.

ROBERT Este efecto o esta consecuencia son sorprendentes, y lo encuentro bueno.

HELLINGER Pero aún te contaré *una historia como aviso:*

En Colonia hubo una vez tiempos felices, ¿lo sabías? La gente podía irse a dormir por la noche y, por la mañana, el trabajo estaba hecho. Así fue hasta que alguien quiso saber el porqué...[2]

Siguiendo la pista de la doble transferencia

CLAUDIA En mi interior se han iniciado una especie de negociaciones. Mientras ayer aún podía decir tan tranquilamente que yo le había hecho la vida imposible a mi marido, ahora empiezan los reproches contra él: «Pero él también...», etcétera. Es decir, otra vez surgen los ataques mutuos.

HELLINGER Es lo que se llama «prolongación del proceso».

CLAUDIA Ayer no pude trabajarlo aquí. Bueno, y hoy, al venir aquí, ha habido un atasco que también me ha puesto furiosa, y en ese momento me he acordado de que, en la familia de mi padre hubo toda una serie de tías, es decir, hermanas mayores de mi padre, que estaban realmente furiosas con mi abuelo porque su mala administración de la casa impidió que se pudieran casar. Tuvieron que seguir trabajando en la granja sin poder casarse. El abuelo convirtió a la familia, que había sido muy rica, en una familia muy pobre.

HELLINGER Estas son las mujeres cuyos derechos pretendes defender en la lucha contra tu propio marido, aunque él sea totalmente inocente.

Una doble transferencia se arregla

LAURA Estoy sumamente irritada y no sé por qué.

HELLINGER ¿Irritada? ¿Realmente furiosa?

LAURA Sí, así es. ¿Te ríes?

HELLINGER ¿Debería llorar? De acuerdo, configuremos a tu familia. *(Laura coloca a su marido detrás de ella y delante a la hija de ambos)* Esta constelación indica que existen implicaciones sistémicas. Ni siquiera en las fantasías más remotas uno se imaginaría esta relación entre un hombre y una mujer. *(A Laura)* ¿Se te ocurre algo?

LAURA Muchas veces tenía la sensación de que alguien ocultaba algo. Estoy siguiendo la pista de un secreto, pero toda pregunta es respondida con gran desagrado. Sin embargo, tengo la fuerte sospecha de que mi madre oculta algo.

HELLINGER Entonces las implicaciones tienen su origen en su familia.

LAURA El abuelo materno tuvo siete hijas y, al parecer, no estaba muy contento. Quería tener un hijo e hizo todo lo posible para que sus hijas tuvieran hijos sin estar casadas. Su esperanza era que una de ellas tuviera un hijo varón que siguiera llevando sus apellidos. Realmente, todas sus hijas se comportaron exactamente de la manera que él se había imaginado, menos mi madre. Ella se casó y fue la única que tuvo hijos varones. Todas las demás tuvieron hijas.

HELLINGER Por tanto, ¿a quién tuvo que representar tu marido en la constelación? A tu abuelo. Si eso fuera cierto, aún le deberías mucho a tu marido. *(Al grupo)* Aún quisiera volver sobre la dinámica de la doble transferencia. Primeramente me pregunto cuáles serían los sentimientos de las hijas hacia el abuelo. Estaban enojadas, y con razón. ¿Y quién recibió estos sentimientos de rabia?

LAURA Mi ex marido.

HELLINGER Exacto. Tú adoptas los sentimientos de aquellas hijas; esta sería la transferencia en el sujeto: de las tías a ti. Pero, en vez de dirigir los sentimientos contra el abuelo, los diriges contra tu ex marido. Esta sería la transferencia en el objeto: del abuelo a tu marido. Por tanto, le debes mucho a tu marido. Cuando una persona está convencida de que tiene razón, tan convencida como tú lo estabas antes, en la mayoría de los casos se trata de una doble transferencia. Cuando se trata de los propios derechos de una persona, uno no lucha con tanto fervor como al tratarse de los derechos de terceros. Haré un ejercicio contigo. Elige a representantes para todas esas tías, ponlas en una fila y ponte tú misma también. *(Laura elige a seis representantes para las tías y las coloca detrás de su hija, pero de espaldas. Luego, ella misma se posiciona a la derecha de todas ellas, un poco apartada, pero mirándolas. A Laura)* Ahora mira a cada una de ellas con cariño y dile «Querida tía», como una niña pequeña se dirige a unas tías que quiere.

LAURA Pero no les tengo tanto cariño.

HELLINGER Entonces dilo hasta que lo consigas. *(Laura va repitiendo la frase hasta que le sale algo mejor)* Ahora arrodíllate ante las tías, baja la cabeza hasta el suelo, extiende los brazos hacia delante con las manos abiertas hacia arriba y diles: «Os honro».

LAURA Os honro.

HELLINGER «Queridas tías, os honro».

LAURA Queridas tías, os honro.

HELLINGER *(Al cabo de unos instantes)* Ahora levántate, vuelve al lado de las tías y dile a cada una de ellas: «Querida tía».

LAURA Querida tía, querida tía...

(Laura está muy emocionada. Solo ahora su amor, su dolor y su compasión pueden fluir. Después, Hellinger acerca también al marido colocándolo enfrente de Laura. Esta se acerca a su marido, lo abraza y le dice sollozando: «¡Por favor, perdóname!»).

HELLINGER Solo di: «Lo siento». Nada más. «Lo siento».

LAURA Lo siento.

HELLINGER Dile: «No lo sabía».

LAURA No lo sabía.

HELLINGER *(Al ver que Laura se va tranquilizando)* Ahora ponte a su lado, y a vuestra hija la colocaré al lado de vosotros dos. *(Laura y su marido se ponen el uno al lado del otro. La hija se encuentra delante de ellos, mirándolos)* ¿Cómo os encontráis ahora? *(Todos se encuentran bien)* De acuerdo, ya está. *(Al grupo)* Aún quisiera explicar más detenidamente este proceso. En el caso de una doble transferencia, podemos observar que una persona ya no es ella misma, sino que se encuentra identificada con otra persona. Estar identificado significa que la persona en cuestión está enajenada, siente y actúa como aquella otra persona, que, en consecuencia, ya no aparece ante sus ojos como un individuo independiente. Por tanto, en un principio era necesario conseguir que Laura percibiera a sus tías como personas claramente separadas de ella misma. A partir de ese momento, la identificación se hizo insostenible, sobre todo al decirles «Os honro». Así, las tías eran nuevamente sus tías, y ella no era nadie más que ella misma. Las tías volvían a ser grandes y responsables de su propia dignidad y de sus derechos, y ella volvía a ser pequeña y capaz de amar a las tías como de pequeña lo había hecho.

REPRESENTANTE DE UNA TÍA Como tía me ha sido muy importante darme cuenta de lo bien que me sentía al recibir esa reverencia.

HELLINGER Ha sido muy bello ver a las tías en toda su dignidad. Sin ese paso, no hubiera funcionado. Sin el reconocimiento que precede al amor, no hubiera funcionado. Aunque el hijo vuelva a encontrar el camino a los padres, frecuentemente tiene que honrarlos primero, por ejemplo, en caso de haber cometido alguna injusticia con ellos o haberlos despreciado. Solo con este paso previo puede darse un encuentro. De lo contrario, se

tapa algo y el encuentro sigue sin tener fuerza. En su mayor parte, los problemas graves entre cónyuges radican en una doble transferencia. Todos los esfuerzos por superarlos se verán frustrados hasta que no se reconozca y solucione la identificación. Solo entonces puede darse una relación nueva y buena. En la identificación, la persona vive en un mundo extraño, inaccesible para los demás, puesto que no es él mismo o ella misma, sino otra persona. Asimismo, tampoco ve a su pareja, sino a otra persona. Así, todo está desfigurado.

LAURA Estoy totalmente perpleja. Por primera vez en mi vida siento calor en el sacro sin que nadie me ponga la mano. Nunca lo he sentido así.

REPRESENTANTE DEL MARIDO Me ha impresionado cuando ha dicho: «Lo siento, no lo sabía».

El perdón dañino

HELLINGER *(A Laura)* No he permitido que dijeras: «¡Por favor, perdóname!» Eso es fatal. No se debe pedir perdón. Ninguna persona tiene el derecho de perdonar. Cuando alguien me pide perdón, me pasa la responsabilidad de su culpa. Es exactamente esto lo que ocurre en una confesión. En ese momento se pasan las consecuencias de un comportamiento a otra persona. Algunos se confiesan con el psicoterapeuta. Si este lo permite, lo toma sobre sí y se lo queda. Pero también puede protegerse diciendo: «No lo quiero saber». En el perdón siempre se da un desnivel, de arriba abajo, lo cual impide una relación de igual a igual. Sin embargo, diciendo «lo siento», tú guardas tu dignidad y el otro puede dirigirse a ti con más facilidad que si le pidieras perdón.

LAURA Es lo que he notado. Ha sido una diferencia abismal. Ha sido justo lo que había que decir.

HELLINGER Tu dolor honra a tu marido, y eso basta.

Las consecuencias para el hijo

LAURA *(Al día siguiente)* En un principio estaba entusiasmada y quería contar lo bien que me encontraba; y durante unos diez minutos realmente ha sido así. Pero ahora me encuentro ante un asunto para el que necesito tu consejo. Nunca seguí a mi marido a su familia; al casarnos, él vino a nuestra familia. Después del divorcio volví a coger mis apellidos de soltera y también se los di a mi hija. En nuestro divorcio, sus padres se entrometieron con toda vehemencia. Nos peleamos muy violentamente. En

consecuencia, me negué a que mi hija estuviera en contacto con los padres de él, y ahora tengo la sensación de que fue una gran tontería.

HELLINGER Sí, lo fue. Pero aún se puede reparar.

LAURA Aún tengo que decir algo más. Durante el último medio año, mi hija tampoco tuvo ningún contacto con mi marido porque hubo una situación de abuso, y aún no tengo la confianza suficiente para dejarla con él. Pero ahora tengo la sensación de que la niña tendría que ver a sus abuelos, de que debería ver a sus padres con él. Aún ayer me habría reído si alguien me hubiera dicho que lo hiciera. Pero no confío en él. De todos modos, ya tenía la sensación de haber sacrificado a mi hija. Sé cómo es –era un juego muy común en nuestra familia que se había mantenido a través de generaciones– y no quería hacerlo así. Pero ahora ya no me siento tan segura de haber protegido a mi hija a tiempo. Y no consigo reunir la confianza suficiente para decir: «Toma a tu hija y ve con ella a ver a tus padres, también pertenece a allí».

HELLINGER En lo que al abuso se refiere, tienes que decirle a tu hija: «Hiciste algo por mí».

LAURA ¿Es necesario que se lo diga directamente?

HELLINGER Sí. Tienes que decirle: «Hiciste algo por mí, y ahora se puede arreglar». Y también puedes decirle: «Los niños siempre son inocentes». Así aceptas la responsabilidad junto con tu marido, y la hija queda libre, de golpe.

En este caso es probable que también exista una identificación con la abuela que entregaba a sus hijas indefensas al abuelo y sus planes.

Hermano discapacitado y hermanastro silenciado, ambos muertos a temprana edad

UTE Cuando me has hablado de la tumba me he dado cuenta de que mis relaciones con la muerte son múltiples y grandes...

HELLINGER No lo quiero saber.

UTE Tampoco quería seguir hablando de eso. Solo me ha venido a la cabeza una idea que hasta ahora no había tenido nunca y que apareció ayer. Aparte de mi hermano mayor, tuve un hermanastro, un hijo no matrimonial de mi padre. Mi hermano mayor murió medio año después de nacer yo. Tenía graves deficiencias cerebrales. Pero nunca había pensado en ese hijo no matrimonial de mi padre, también un niño y también muerto de pequeño. Y cuando mencionaste la importancia que pueden tener otras personas, ese hermano apareció por primera vez como una persona cercana.

HELLINGER ¿Ese hermanastro era el hijo mayor?

UTE No, nació entremedio. Mi hermano es el mayor; después, entremedio, nació mi hermanastro y después vine yo. Yo soy la más joven.

HELLINGER ¿Y qué pasó con la madre del hermanastro?

UTE De ella no sé absolutamente nada. Después se casó. Fue secretaria de mi padre. Solo sé que después le fue bien. Pero lo supe después de la muerte de mi padre.

HELLINGER En una situación así, el orden sistémico sería que el hombre se separara de la primera mujer y se casara con la mujer con la que tiene el hijo. Este hubiera sido el orden. Por el hecho de que tu madre conservara su prioridad y que el marido se quedara con ella, se cometió una injusticia contra esa segunda mujer.

UTE Mi madre quería hacerse cargo del niño.

HELLINGER ¡No, no, eso es imposible! Si no tenía ningún derecho sobre ese niño.

UTE No, no. Derecho, ninguno.

HELLINGER Configura a tu familia de origen. Miraremos a ver. *(Ute empieza a configurar la constelación de su familia de origen)* ¿Tu padre o tu madre estuvieron casados o comprometidos anteriormente?

UTE Sí, mi padre tuvo una primera mujer. Todo eso lo supe después de su muerte.

HELLINGER ¿Hubo hijos en ese matrimonio?

UTE No. Mi madre también tuvo alguna relación muy importante antes de conocer a mi padre. Aquel hombre era 25 años mayor que ella.

HELLINGER A estos dos también los necesitamos. ¿Alguno de tus padres se hacía reproches a sí mismo o al otro por la deficiencia del niño?

UTE Creo que mi madre. En el parto, la comadrona le dio pastillas; creo que quería estar tranquila. Me parece que después se sintió culpable por las pastillas.

HELLINGER ¿Qué dicen los médicos? ¿Es posible que esas pastillas provocaran daños cerebrales?

UN MÉDICO Si se atrasara el parto, sí.

UTE Se quedó estancado, totalmente estancado, y ella lo negó después. *(Posiciona al padre y, a una cierta distancia y detrás de él, a su primera mujer. A la derecha de él, también a una cierta distancia, coloca a la madre del hijo no matrimonial que murió a temprana edad, y a este hijo, al lado de su madre. A la izquierda del padre se encuentra el primer hijo, que nació discapacitado y también murió a temprana edad. Al lado de este, su madre, sin mirar a ninguno de los presentes, dirigiendo su atención hacia fuera. Delante de ella, mirando en la misma dirección, se encuentra la representante de Ute. Al lado de la madre, a una cierta distancia, está su pareja anterior, mirando también en la misma dirección que ella)* De repente hay tantas personas, y yo siempre estaba tan sola.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE No me siento bien. Estoy enfadado, pero también es una situación sin salida. Tengo la sensación de no poder moverme ni hacia adelante ni hacia atrás.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la madre?

MADRE Terrible. Absolutamente terrible. Absolutamente terrible.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el hijo mayor muerto?

PRIMER HIJO † Bien. Me siento ancho y pesado y caliente aquí, entre estos dos. No necesito nada más.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la madre del hijo no matrimonial?

MADRE DEL HIJO no matrimonial Un poco abandonada con mi hijo. Mucha responsabilidad.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el hijo no matrimonial muerto?

SEGUNDO HIJO † Increíblemente triste. Tengo lágrimas. No me encuentro bien.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la primera mujer del padre?

PRIMERA MUJER DEL PADRE Extraña. Por una parte, preferiría no tener nada que ver con todo esto, nada en absoluto. Por otra parte, si acaso, me siento como si fuese la abuela de todo este tropel.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el novio anterior de la madre?

NOVIO ANTERIOR DE LA MADRE Noto mucho calor aquí, hacia la derecha, como si me estuvieran acariciando o yo estuviera acariciando a alguien con cariño. Siento una especie de atracción, pero en el fondo solo hacia esta mujer. Todo lo demás no tiene ninguna importancia.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hija?

TERCERA HIJA Es como si estuviera partida en dos. Una parte de mí, la derecha, está caliente, también por detrás. La otra está helada, y me siento totalmente indefensa ante eso.

(Hellinger coloca a la primera mujer del padre enfrente de los demás).

HELLINGER ¿Qué tal el padre ahora?

PADRE Me parece mejor tenerla a la vista ahora. Antes, cuando estaba detrás de mí, no era bueno.

MADRE Aún me encuentro un poco mal aquí, pero de todos modos así es mucho mejor.

TERCERA HIJA Estoy contenta de poder dirigir mi mirada a alguien.

HELLINGER ¿Qué tal la primera mujer?

PRIMERA MUJER DEL PADRE Allá atrás tenía mucho frío, y ahora he empezado a sentir calor inmediatamente. Ahora comienzo a interesarme; hay alguna relación.

(Hellinger pone a la madre al lado de la primera mujer del padre).

PADRE Mejor así. Es decir, ahora, por primera vez, mi mujer está visible para mí. Antes pensaba: «¿Qué quiere esta?» Ahora no tengo nada en contra de ella, pero tampoco nada a favor.

TERCERA HIJA Puedo respirar mejor.

PRIMER HIJO † Me da igual.

(Hellinger modifica la imagen, haciendo que el hijo mayor se siente en el suelo delante de sus padres, apoyándose contra ellos. La primera mujer del padre se encuentra a la derecha de la madre, pero a una cierta distancia).

HELLINGER ¿Qué tal así para el hijo mayor?

PRIMER HIJO † Es lo que corresponde.

HELLINGER ¿Qué tal para la madre?

MADRE Empiezo a sentir tristeza.

(Hellinger pone al hijo no matrimonial muerto a la izquierda del padre y a la representante de Ute a la derecha de su madre).

HELLINGER ¿Qué tal el padre ahora?

PADRE Curioso. Que el hijo no matrimonial esté aquí a mi lado es más bien deprimente para mí. Este hijo aquí abajo está muy bien. Con la mujer hay una relación, sobre todo con el fin de cuidar al hijo juntos. Siento simpatía hacia ella, pero tengo la sensación de que hay algo que no va en la relación. Pero no sé qué es.

HELLINGER Desde el punto de vista sistémico, esto está acabado. *(A la representante de Ute)* ¿Cómo se encuentra la hija?

TERCERA HIJA No muy bien.

(Hellinger coloca al hijo no matrimonial muerto de nuevo al lado de su madre. A continuación, posiciona a la representante de Ute a la izquierda de su padre).

HELLINGER ¿Qué tal aquí la hija?

TERCERA HIJA Mejor.

MADRE También mejor.

HELLINGER ¿Qué tal el hijo no matrimonial muerto?

SEGUNDO HIJO † Contento de poder estar otra vez al lado de mi madre. Allí, al lado de mi padre, me encontraba muy solo.

TERCERA HIJA Para mí, ha desaparecido la sensación de estar partida en dos.

HELLINGER ¿Qué tal la madre del hijo no matrimonial?

MADRE DEL HIJO no matrimonial Bastante bien. Antes estaba triste porque mi hijo estaba tan lejos, pero ahora está mejor. Está bastante bien.

MADRE A mí me entristece.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la primera mujer del padre?

PRIMERA MUJER DEL PADRE Ya no tengo nada que ver con todo esto.

HELLINGER Los sucesos posteriores fueron de tal vehemencia que la relación anterior ya no tiene ninguna importancia. *(Al novio anterior de la madre)* ¿Para ti aún tiene alguna importancia?

NOVIO ANTERIOR DE LA MADRE Siento un calor agradable, y de vez en cuando miro hacia allá, pero ya todo ha pasado.

HELLINGER *(A Ute)* ¿Quieres ponerte tú misma aquí?

(Ute ocupa su lugar en la constelación, mirando a todos durante mucho tiempo).

UTE Lo que me sienta bien aquí es la relación que tengo hacia la derecha y hacia la izquierda. También es bueno estar así entre los hombres. Yo estaba muy apegada a mi madre. Creo que a mi madre le hubiera ido mucho mejor si hubiese ocupado un lugar al lado de mi padre en vez de cuidar de mí. Lo que he encontrado increíble es que mi representante sintiera esa división. Realmente he tenido muchas veces esa sensación, muchísimas veces. O bien era la sensación de estar dividida horizontalmente, en una parte superior y otra inferior, o bien verticalmente, entre derecha e izquierda. Pero de momento ya no es así. Y aquí, a mi izquierda, que aún tenga a este hermano es algo totalmente nuevo. Es la primera vez que lo veo. Sigo pensando que es triste, pero, por lo pronto, no me afecta tanto.

HELLINGER Ahora hay paz.

(Ute acaricia suavemente al padre y a los dos hermanos).

UTE Ahora está bien.

HELLINGER *(Al grupo)* Aún os contaré una historia. Se llama:

La plenitud

Un joven preguntó a un anciano:
–¿Qué te distingue a ti,
que pronto dejarás de ser,
de mí,
que aún seré?

El anciano dijo:
–Yo he sido más.

Bien es verdad que un día joven,

que llega,
parece ser más que el viejo,
ya que el viejo, antes que él, ya ha sido.
Pero también él,
aunque esté por venir,
solo puede ser lo que era,
y será más, también,
cuanto más tiempo haya pasado siendo.

Como lo hizo antes el viejo,
también el joven asciende al principio
bruscamente hacia el mediodía,
alcanza su cenit antes del pleno calor.
Y permanece, así parece,
un tiempo en la cúspide,
hasta que, cada vez más cuanto más tiempo pasa
y como si su peso creciente lo arrastrara,
se inclina profundamente hacia la tarde
y alcanza su plenitud
cuando, al igual que el viejo,
ha sido del todo.
Pero aquello que ya fue
no está acabado.
Permanece
porque ha sido,
actúa
aunque ya fue,
y aumenta
a través de lo nuevo que le sigue.
Como una gota redonda
de una nube que pasó,
aquello que ya fue
se hunde
en un mar que permanece.

Solo aquello que nunca llegó a ser nada,

porque solo fue soñado
pero no vivido,
pensado
pero no realizado,
y desechado,
pero no como precio
por haber escogido, pagado, otra cosa:
esto ha pasado,
de ello no queda nada.

El Dios del Tiempo Justo,
por lo tanto,
se nos presenta como un joven
que lleva un mechón delante
y una calva detrás.
Por delante, podemos asirlo por el mechón;
por detrás, solo agarramos el vacío.

El joven preguntó:
–¿Qué debo hacer
para llegar a ser
lo que tú ya has sido?
El anciano dijo:
–¡Sé!
HELLINGER ¿Está bien, Ute?
UTE Esta historia me ha transmitido algo importante.

Lucha inútil

ULLA Me encuentro bien. Desde que configuré la constelación de mi familia de origen estoy más despierta. Pero aún hay algo que no entiendo. Antes de que configurara la constelación, me dijiste que no servía de nada que me resistiera a aceptar que aquella novia de mi padre era mi modelo. No entendí qué significa eso, pero comprendí la imagen representada en la constelación.
HELLINGER Eso basta. Algunos piensan que negando un hecho, este desaparece. Era eso

lo que quería decir.
ULLA Tengo una sensación buena desde que la novia está presente y tiene su lugar.
HELLINGER Hay una historia bíblica de un tal Jacob. Este estuvo luchando con un ángel al lado de un río, durante toda la noche.
ULLA ¿No fue el ángel Gabriel?
HELLINGER No, no fue el ángel Gabriel. El nombre no se conoce. En realidad, el ángel es una imagen de Dios. Finalmente, el ángel le dijo a Jacob: «¡Suéltame!» Y él respondió: «No te suelto hasta que no me hayas bendecido». Después pudieron separarse. ¿De acuerdo?

El dolor adoptado debilita

ULLA Desde hace algún tiempo me encuentro en una fase de cambio que va unida a una gran tristeza. Después de ese despertar, hoy tenía mucha más energía y he vendio con mucha fuerza. Pero durante la constelación de Ute, en la que he hecho de madre, he empezado a sentirme muy triste –realmente era una situación muy triste–, así que después he aprovechado esta circunstancia para trabajar sobre mi propia tristeza. Aunque durante ese proceso me había abandonado toda aquella energía, ahora vuelvo a tenerla.
HELLINGER Es igual que con una culpa ajena. La tristeza propia, si es fundamentada, da fuerzas, siempre es vigorosa. La tristeza ajena no aporta nada. Por tanto, cuando una persona llora y los demás lloran con ella, se vuelven débiles. Solo aquel que llora realmente gana fuerzas.

Solucionar un problema soltándolo

FRANK En la constelación, cuando he tenido que representar al padre, me mareaba y me sentía muy incómodo. Conozco esa sensación.
HELLINGER Déjala enteramente con la persona que has tenido que representar. Es algo muy importante. Uno de los principios de este trabajo consiste en no referir a uno mismo nada de lo que en la constelación se experimenta. Aunque hubiera alguna relación, el interés por mi propia alma me impide entregarme a tales especulaciones. Únicamente abordo un sentimiento cuando se presenta por sí solo, pero no en este contexto. Tienes que mantenerte absolutamente al margen; de lo contrario, la imaginación y la confusión ya no conocerían límites. Este es un aviso importante.
FRANK O sea, que tú dirías que no debería aplicarlo a mí mismo aunque lo viviera como

una resonancia.

HELLINGER No. Todo lo profundamente humano siempre encuentra una resonancia en cualquier persona, y lo que aquí ocurre siempre es humanamente significativo. Ahora bien, si encima te lo apropias, te comportas como si tuvieras el don de actuar como una esponja.

FRANK *(Se ríe)* Muchas gracias.

HELLINGER No quiero suponer nada; solo lo digo como una advertencia. No hay que apropiarse de nada. Es importante poner límites.

FRANK De todos modos, en este contexto aún me preocupa que, durante los últimos años, y en varias ocasiones, al caminar, de repente me mareo, de golpe, de manera que necesito sentarme. Eso me preocupa, porque estoy seguro de que no hay ninguna causa orgánica. Quisiera saber lo que es.

HELLINGER Si quieres saber mi propuesta: yo dejaría que el problema se fuera. En relación a este «soltar», se me ocurre una frase. Es una frase útil porque penetra en el alma, y quizá también ayude en este caso: *«Soltar significa seguir el camino, transformado».*

Sobrecargado de felicidad

FRANK Interiormente he estado continuamente pensando en la constelación que ayer hice de mi familia de origen. Pero no lo pensaba muy conscientemente, porque era demasiado para mí. En este contexto me he dado cuenta de que en el fondo muchas veces me siento desbordado e intento huir, por ejemplo, leyendo.

HELLINGER También puede ser una sobrecarga de felicidad.

FRANK *(Se ríe)* Podría ser. Lo que sé es que siempre que me encuentro en un grupo como este –aunque esta mañana no ha sido así–, me pongo a contar a las personas presentes, sin parar.

HELLINGER Eso es bueno. Es un buen método para desviar tu atención de la felicidad. Te contaré una pequeña historia al respecto.

Érase una vez un tal Nasredín; ¿has oído hablar de él? Nasredín era un muftí o algo parecido. Una noche soñó con que alguien le estaba contando diez monedas de oro en la mano, pero, al llegar a la novena, se paró. Nasredín gritó: «¡Las quiero todas, las diez!» Se despertó, sobresaltado, pero después volvió a cerrar los ojos, diciendo: «Nueve también bastan».

¿Algo más, Frank?

Divorcio y culpa

FRANK Sí. Durante la constelación de Ute, mientras estaba representando a su padre, me he dado cuenta de que no sé exactamente cómo viven mis hijos el divorcio y la separación. Me resulta difícil hablarles de eso.

HELLINGER Eso no les interesa en absoluto a los hijos.

FRANK Pero me gustaría saber cómo les va.

HELLINGER Eso sí que se lo puedes preguntar, pero no cómo les va en relación con el divorcio. De eso no tienes por qué hablar con ellos. *El divorcio es asunto de los padres.* Por tanto, los padres tampoco tienen por qué justificarse ante los hijos por el divorcio. Sin embargo, sí que hay otro elemento importante: todo divorcio implica una culpa; es imposible vivirlo de otra manera. Por tanto, si tú les preguntas a los hijos si se encuentran bien, esperando una respuesta afirmativa, estás buscando una descarga para algo que no es responsabilidad de los hijos. De esta forma les exiges demasiado; eso no va.

FRANK Tampoco era esa mi intención. Pero hay algo que aún me preocupa sin saber exactamente qué es.

Una separación a la ligera muchas veces es expiada

HELLINGER En una separación aún hay otra cuestión a tener en cuenta. Si uno de los cónyuges se separa a la ligera, como diciendo «ahora hago algo para mi autorrealización, y lo que pase con vosotros es asunto vuestro y no me interesa», esta separación realizada a la ligera a veces se vive como un crimen capital que reclama la expiación por parte de un miembro del sistema.

FRANK Por la ligereza.

HELLINGER Por la ligereza. Es un hecho a tener en cuenta. Muchas veces, el que expía es uno de los hijos. Así es posible aliviar al hijo, dirigiéndose al otro cónyuge y solucionando de buena manera aquello que aún no estaba resuelto. La «buena manera» implica que cada uno asuma su parte de responsabilidad por lo que fue mal, y que los hijos sepan que los padres asumen esa responsabilidad. De esta forma no se da la necesidad de realizar la expiación.

FRANK Aún tengo que reflexionar sobre la expiación y su significado.

La compensación impulsiva a través de la expiación

HELLINGER La expiación es una forma de compensación, a saber, una compensación ciega. Existe una ley natural que siempre procura compensar un desequilibrio. Esta ley también actúa sobre la psique, también aquí siempre se busca la compensación. La expiación, por tanto, representa un intento de compensar un desequilibrio, pero es un intento impulsivo. Frecuentemente se realiza sin que la persona afectada pueda controlarlo. Sin embargo, también existe una manera de librarse de este contexto impulsivo y llegar a una compensación de acuerdo con un orden superior que yo defino como orden del amor. Este orden se encuentra en un nivel superior y conduce a una compensación que torna superflua la expiación. Por tanto, cuando los padres asumen y reconocen el fracaso de su relación y la «culpa» de cada uno –aquí la culpa se pone entre comillas y no se entiende únicamente desde un punto de vista moralista–, los hijos ya no sienten la necesidad de expiar las culpas.

La culpa como negación de la realidad

En este contexto, la culpa se desarrolla como negación de una realidad, en el sentido de que la persona se niega a aceptar el vínculo y se comporta como si no estuviera atada. Cuando una persona se comporta como si estuviese libre aunque esté atada, con ello está negando una realidad, ya que el vínculo es algo real.

FRANK Este era mi caso antes. Sé que me negaba furiosamente a admitir que estaba atado.

HELLINGER Y quizá sea eso algo que hay que recuperar, como un proceso interior: reconocer que existe un vínculo con el cónyuge divorciado, y que solo reconociendo ese vínculo puede haber una segunda relación. Esta, sin embargo, será diferente.

GERTRUD ¿Tiene alguna importancia la edad de los hijos en el divorcio?

HELLINGER Naturalmente. Si los hijos ya hacen su propia vida, los padres están más libres que cuando aún viven con ellos o todavía son pequeños. Está clarísimo.

THOMAS ¿Quién decide si es a la ligera?

HELLINGER Eso no puede decidirlo nadie, es algo que se vive. Cuando ocurre, cualquiera sabe inmediatamente si se está actuando a la ligera o no. En tu caso, la ligereza también desempeña un papel.

THOMAS No.

(Pausa prolongada).

HELLINGER De acuerdo, no me corresponde decidirlo; es mi imagen. Hay un pequeño poema de Hölderlin sobre los amantes. En el fondo, no es más que un aforismo: «¿Queríamos separarnos? ¿Lo creíamos prudente, justo? Mas ¿por qué, ya consumado el acto, nos horroriza tanto como un crimen? ¡Ah! Poco nos conocemos, pues es un Dios quien nos gobierna». Cualquiera que sea la manera de interpretar esta frase, contiene la experiencia a la que yo me refiero.

El vínculo a través de la consumación del amor

A través de la consumación del amor se crea un vínculo real entre el hombre y la mujer, que, por sus efectos, aún es más fuerte que el vínculo real que une a los hijos con sus padres. Es el vínculo más fuerte de todos. La separación de los padres no conlleva tanto dolor ni tanto sentimiento de culpa como en la separación de una pareja con la que existía un vínculo. Por los efectos se ve en seguida que es así.

Muchos comienzan una relación como si se hicieran socios de un club, en el que uno entra y sale a gusto. Eso es imposible. Quien establece un vínculo está atado y no puede abandonar la relación sin culpa. La intensidad del dolor y la culpa experimentada nos indican lo fuerte que era o aún es el vínculo.

En la esfera de la madre

IDA Todo esto me afecta mucho. El trabajo con los hermanos muertos a temprana edad ha movido algunas cosas en mi interior. Estoy intentando aclarar algunos asuntos confusos para mí. Siempre fue mi madre la que cuidaba de nosotros, ganaba el dinero para la familia y vivíamos gracias a su trabajo. Por eso no tengo imágenes tan claras de los papeles de la mujer y del hombre.

HELLINGER ¿Qué pasó con tu padre?

IDA Mi padre estaba totalmente atado a su familia. Estaba siempre en la cárcel, tal vez aún sigue allí.

HELLINGER ¿Por qué?

IDA Por sus ideas políticas, pero ese no era el motivo verdadero.

HELLINGER ¿Cuál es el motivo?

IDA El motivo es que mi abuela, o sea, su madre, tuvo un hijo con el marido de su hermana, y ese niño murió asesinado.

HELLINGER ¿Por quién?

IDA Posiblemente por su madre, es decir, mi abuela, que dio a luz al niño y después... Unos dicen que murió y también hay quien dice que fue asesinado. Aquí es donde mi padre sistémicamente se encuentra involucrado.

HELLINGER Él lo expía. Pero eso no tiene nada que ver con tu pregunta por el papel del hombre y el de la mujer. Para ti, la solución es la siguiente: debes dejar que tu padre se vaya con su familia y después ponerte al lado de tu madre. Ese es el lugar seguro para ti. Con eso basta.

IDA Sí. Ayer tuve imágenes claras, también acerca de esta mujer que ha desarrollado una carrera profesional. Dicen que soy ambiciosa.

HELLINGER Eso es bueno; imitas a tu madre.

IDA Exacto. Así es. Eso no viene de mi padre.

HELLINGER Algunos estarían contentos de tener un modelo así.

IDA Sí. Esa era la confusión para mí: pensaba que aún estaba en la esfera del padre y atada a él. Pero no es así. Todo esto viene de mi madre.

HELLINGER Es una influencia buena.

Las diferentes maneras de dar y de tomar en la familia

IDA Aún tengo otra pregunta más. Según hemos visto, los hijos «toman» de los padres; ahora bien, ¿qué ocurre cuando yo recibo algo de mi hermana como si ella fuera mi madre? Me parece natural aceptarlo de los padres, pero ¿qué ocurre cuando se trata de los hermanos?

HELLINGER Los padres les dan a los hijos *lo que ellos mismos son*, sin poder añadir ni restar nada. Por tanto, los hijos solo pueden tomar a los padres tal como son, sin poder añadir ni restar nada de cuanto recibieron de ellos. Simplemente es así, y es totalmente distinto que regalarle a otra persona algo que yo tengo. Eso sería lo primero. Esta es la manera en la que cada uno tiene que tomar a sus padres; y, aceptando esta realidad, la persona tiene a sus padres y se siente interiormente completa. Ahora bien, *además de la vida, los padres les dan a los hijos otras cosas más*: los cuidan durante muchos años y de muchas maneras. Esto también es tomado por los hijos. Todo ello crea un desequilibrio entre padres e hijos que los hijos no pueden salvar ni compensar nunca. Así pues, la presión de este desequilibrio los lleva a desligarse de los padres. No soportan esta situación, y este es el motivo por el que el desequilibrio conduce a los hijos a desprenderse de los padres. Así, pasan a otros aquello que recibieron de los padres: a sus propios hijos o, a través de un compromiso social, a otras personas. Esta es la

compensación. No obstante, los padres también tienen *algo exclusivamente propio, personal, que no se refiere a los hijos*; por ejemplo, una culpa o implicaciones personales –como en el caso de tu padre–, o méritos personales. Dado que no le corresponde, el hijo no debe tomar ni la culpa de los padres ni las consecuencias de esta; pero tampoco debe tomar sus méritos. Naturalmente, el hijo goza de ciertas ventajas que proceden de los méritos de los padres y que pertenecen al ámbito de aquello que los padres les dan a los hijos, aparte de la vida. El hijo, sin embargo, no puede decir «¡Soy un gran pintor!», solo porque su padre era un gran pintor, o considerarse un gran político solo porque el padre lo haya sido. En este punto, el hijo tiene que ponerse límites. Esta también es una manera de respetar a los padres. Pero con aquello que recibió de los padres, el hijo hace algo nuevo, y esto se convierte en su propio mérito. O se hace culpable, lo cual sería su propia culpa. Además, entre padres e hijos existe *algo común*, dado que la familia es también una empresa en la que cada uno participa y tiene sus obligaciones. Por este motivo, los hijos también tienen que dar en la familia, de acuerdo con las necesidades que se presenten. Es decir, los padres pueden exigir que los hijos contribuyan a que se cumplan las tareas comunes. En este sentido, tu hermana asumió la tarea de cuidarte cuando vuestra madre no estaba, y de esta manera también pudiste y tuviste que tomarlo de ella. Ahora bien, si los padres esperan aún más de los hijos –por ejemplo, exigiendo que sus hijos los consuelen–, los hijos se convierten en padres para los padres, y los padres, en hijos para los hijos. Esta es una perversión de la relación entre padres e hijos. De pequeños, los hijos no saben defenderse contra estas exigencias de los padres. Así, se ven involucrados y obligados a arrogarse un derecho por el que, más tarde, se castigan, por ejemplo, buscando la desdicha, el fracaso o la derrota. Solo cuando el hijo, de adulto, llega a comprender lo ocurrido puede neutralizarlo, por ejemplo, en una psicoterapia. ¿Comprendes?

IDA Sí.

Apreciada carga

WILHELM Me llamo Wilhelm. Estoy casado con Ida y tenemos una hija pequeña. Soy ingeniero y tengo una pequeña empresa que produce aparatos de medición para ordenadores. Actualmente trabajo entre 12 y 14 horas al día, y, aunque en el fondo no lo quiero, me encuentro en una situación que me lleva a considerar que debo hacerlo así. No puedo dejarlo, aunque sea mi propio jefe.

HELLINGER No es tan fácil. Hay una orientación interior en lo que es correcto y justo, y de ahí no puedes desviarte sin perjudicarte. *Nadie es libre ante lo que corresponde.* Cuando llevas una responsabilidad en una empresa, aunque sea la tuya, no estás libre.

WILHELM Pero esta era mi idea cuando me hice autónomo, quería organizar mi trabajo de una manera independiente.

HELLINGER Eso fue un error. Las profesiones liberales no son más libres. Tienes una obligación con tu empresa, una obligación con tu familia y una obligación contigo mismo. La cuestión es cómo puedes llegar a un equilibrio entre ámbitos tan importantes. Eso es lo difícil...

WILHELM Además, desde hace un tiempo, tengo muchísimo que hacer. Pienso que podría dividir mi tiempo en partes más pequeñas.

HELLINGER Ahora me has impedido darte la solución. Justo quería decirte cuál era la solución, y en seguida volviste a sacar el problema. Veo que estás muy feliz con el problema; tal dicha no se debe perturbar.

Víctima en lugar de otra persona

WILHELM Estoy un poco nervioso. *(Suspira y está a punto de llorar)*.

HELLINGER A ver, mírame con simpatía. *(Al grupo)* Está ausente, ¿os dais cuenta? Cuando una persona, con un sentimiento así, no puede mirarme, está sintiendo algo que no tiene nada que ver con el presente.

WILHELM Así es.

HELLINGER Exacto. Si me miraras, inmediatamente sentirías de manera diferente. *(Al grupo)* No me mira, ¿os dais cuenta? Y, cuando me mira, no me ve. No puede mantener ese sentimiento si me mira.

WILHELM Ahora te veo.

HELLINGER No, aún no.

WILHELM ¡Que sí, que sí! *(Hace un gesto como si quisiera apartar un velo de sus ojos)*.

HELLINGER *(Al grupo)* Aún no me ve. ¿Veis que no me ve? Sigue estando en su imagen. *(A Wilhelm)* Ida, a tu lado, sí que me ve, se nota, pero tú no me ves.

WILHELM En un principio, hoy he venido aquí de muy buen humor. Pero lo que ha pasado en la ronda de esta mañana, aquello de Hartmut... Ayer no me afectó tanto, pero hoy la palabra «víctima» me ha sentado como un rayo.

(Pausa prolongada).

HELLINGER ¿Eres una víctima?

WILHELM Sí.

HELLINGER ¿Por quién o por qué?

WILHELM Creo que tengo la habilidad de arreglar las cosas de manera que acabe siendo

la víctima.

HELLINGER La víctima expía las culpas. La pregunta es: ¿por quién se expía? ¿En lugar de otra persona en el sistema, o por tu propia culpa? ¿Te has hecho culpable alguna vez? ¿Hay alguien que murió por tu culpa, por ejemplo, en un accidente de tráfico?

WILHELM No. Pero mi padre fue hijo no matrimonial, y mi abuelo era tabú. Nunca llegué a conocerlo. Hace poco supe que también tenía una familia y que un tío mío, un hijo de él, se suicidó.

HELLINGER Hay algo en tu sistema que hace sospechar; nos lo miraremos de cerca.

El padre fue hijo no matrimonial; el abuelo, excluido

WILHELM ¿A quiénes tengo que poner?

HELLINGER Padre, madre, hijos. ¿Hubo matrimonios o compromisos anteriores, o algún hijo que haya muerto?

WILHELM No.

HELLINGER ¿Falta alguien más?

WILHELM Como ya he dicho, mi abuelo paterno era la figura tabú.

HELLINGER Con respecto a ese asunto aún esperaremos. Configuraremos primero a la familia nuclear. *(Al comenzar la configuración de su familia, Wilhelm primero coloca a su propio representante enfrente del padre, y después, apartado. La madre se encuentra apartada del padre, mirando hacia fuera. La hija mayor también mira hacia fuera)* ¿Tus padres están divorciados?

WILHELM No, no están divorciados.

HELLINGER ¿Qué pasó en la familia de tu madre? ¿Sucedió algo especial? ¿Murió alguien?

WILHELM La primera mujer de mi abuelo se murió en el parto del primer hijo, más tarde mi abuelo se volvió a casar y tuvo tres hijas con su segunda mujer: mi madre y dos tías más.

HELLINGER La primera mujer de tu abuelo, esa es la persona más importante; a ella la introduciremos en seguida. *(Coloca a la primera mujer del abuelo a la derecha de la madre, a una cierta distancia de ella, pero mirándola)* ¿Qué tal el padre?

PADRE Un poco perdido aquí.

HELLINGER *(Al grupo)* Si se quisiera configurar a una familia de la manera más dispersa posible, no habría otra forma mejor que esta. *(A la representante de la madre)* ¿Qué tal la madre?

MADRE En un principio me sentía como muerta.

HELLINGER Esta es la identificación con la primera mujer del abuelo.

MADRE Siento un poco de contacto hacia aquí, hacia donde está mi marido, y, cuando mi hijo fue colocado delante de mí, al menos he tenido una pizca de relación.

HELLINGER ¿Qué tal está la hija?

PRIMERA HIJA Ni bien, ni mal.

HELLINGER *(Al representante de Wilhelm)* ¿Qué tal el hijo?

SEGUNDO HIJO Hasta que ha aparecido la primera mujer del abuelo sentía muy poca vida, hasta tal punto que ni siquiera sabía si realmente estaba vivo. No sentía ninguna relación con nadie. Desde que está ella, hay un eje ligero y caliente hacia allá.

PRIMERA MUJER † DEL PADRE DE LA MADRE Tengo la sensación de que estoy enfadada y de que mantengo agarrada a la mujer. Soy importante.

PADRE Al principio, mientras yo estaba aquí y el sistema se estaba formando, tenía los labios muy calientes y quería ir con mi mujer. Después, esa sensación se ha ido perdiendo, y ahora ya no hay nada.

HELLINGER *(A Wilhelm)* Introduciré al padre del padre.

(Hellinger coloca al representante de Wilhelm a la derecha de su padre. Enfrente de ellos dos posiciona al padre del padre. Ahora, también la madre mira al padre del padre).

PADRE Ahora empieza a estar mejor. Ahora hay algo redondo.

HELLINGER Exacto. *(A la hija)* Para ti, ¿ha cambiado algo?

PRIMERA HIJA Sí, ahora es más bonito.

HELLINGER ¿Qué tal la madre?

MADRE Resucitada de entre los muertos.

HELLINGER *(Al representante de Wilhelm)* ¿Cómo te encuentras tú?

SEGUNDO HIJO Bien.

PRIMERA MUJER † DEL PADRE DE LA MADRE He pensado: «Aún acepto que la mujer se gire, pero más no admitiré». *(Se ríe)* Me encuentro bien. Esta mujer es importante para mí, el resto no tiene tanta importancia.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la madre ahora?

MADRE Muchísimo mejor que antes, pero aún muy alejada y sola.

PADRE La distancia hacia mi mujer está bien. Lo importante es que ahora esté mirando en la dirección correcta.

PADRE DEL PADRE Siento cariño hacia estos dos que están aquí delante, hacia mi hijo y mi nieto; y que mi nieta esté aquí, a mi izquierda, es algo bonito. Pero sobre todo estoy orientado hacia mi hijo y mi nieto.

SEGUNDO HIJO No necesito estar tan cerca de mi padre como lo estoy ahora. El abuelo es muy importante para mí. Cuando él ha aparecido, de repente ha habido una orientación.

HELLINGER *(A Wilhelm)* Este es el buen modelo.

IDA [La mujer de Wilhelm] Era empresario.

HELLINGER ¿Era empresario? ¡Encima eso!

(Risas en el grupo. Hellinger posiciona a la madre a la izquierda del padre. A los dos hijos los coloca enfrente de ellos dos, pero de manera que el hijo mayor se encuentre a la izquierda del segundo. Al padre del padre lo posiciona algo apartado, pero de manera que tenga a todos a la vista).

PADRE Antes sentía más calor. Ahora tengo a mi hijo enfrente, pero tengo que asentir a ello, aceptarlo. También he perdido algo.

SEGUNDO HIJO Otra vez he sentido escalofríos, y tengo la sensación de que es bueno así. Es mucho mejor así que al lado del padre.

HELLINGER *(A Wilhelm)* Estás parentificado; es decir, para tu padre, representas a su padre. Por eso, vuestras posiciones eran intercambiables. *(A la madre)* ¿Ha cambiado algo para ti?

MADRE Encuentro bonito que pueda mirar a mis hijos ahora.

PADRE No estoy acostumbrado a que mi mujer esté tan cerca. Pero puedo aceptarlo así.

(A continuación, Hellinger introduce también al padre de la madre y a la madre de esta. La primera mujer del abuelo se encuentra a su derecha, la abuela, a su izquierda. Juntos miran a la familia. Además, Hellinger posiciona a los hijos, por orden de edades, enfrente de sus padres).

HELLINGER *(A los representantes)* ¿Qué tal os encontráis ahora?

MADRE Bien.

PADRE Bien. Completo. Ahora está equilibrado. Ahora también me parece bien tener a mi mujer a mi lado. Antes había algo que me molestaba.

SEGUNDO HIJO Es muy extraño ver a los padres tan cerca el uno del otro. Tampoco me fío del todo.

PADRE DEL PADRE Para mí, es bueno que exista un eje claro hacia los nietos y que sienta y perciba netamente a mi hijo aquí. Lo que sucede en el lado femenino, en el fondo, no me atañe. Al mirar hacia ese lado, he comenzado a sentir miedo.

HELLINGER *(A Wilhelm)* ¿Quisieras ponerte tú mismo?

WILHELM Sí, claro.

HELLINGER *(Al grupo)* Quisiera decir algo respecto de esta dinámica. Cuando una mujer muere de parto, el sistema lo vive como un asesinato que exige la expiación. Por regla general, uno de los hijos que posteriormente nacen en el sistema tiene que morir a

cambio. En este caso sería él. Este es el motivo por el que se siente víctima. Él estaría en peligro si la mujer no fuera reconocida y valorada. *(A Wilhelm)* En vez de estar en el lado materno, es mucho más seguro para ti pasarte al lado paterno. El abuelo paterno te saca de estas implicaciones fatales y te da seguridad. Bien, ya está.

Parentificación: cuando los hijos representan a los padres de los padres

IDA ¿Qué quieres decir con la palabra «parentificación»? ¿La he entendido bien?

HELLINGER El padre de Wilhelm echa de menos a su padre. Así, el hijo ocupa el lugar de padre para su propio padre, adoptando un papel de padre en vez de ser hijo. Este fenómeno se llama parentificación y se da frecuentemente cuando la relación con uno de los padres fue imposible, como en el caso del padre de Wilhelm.

Expiar la muerte puerperal

FRANK El hijo que nació cuando su madre murió, ¿no tiene ninguna importancia para él?

HELLINGER No, en este caso no. Lo otro es demasiado vehemente, la mujer muerta.

GEORG A no ser que el hijo muera.

HELLINGER A no ser que también muera. Pero, aun así, pasa a un segundo plano en comparación con la madre muerta. *(A Wilhelm)* ¿El hijo murió?

WILHELM No. Es mi tío mayor por parte de mi madre.

FRANK *(A Wilhelm)* ¿Y cómo está?

WILHELM Está bien.

FRANK A mí me parece extraño que no sea él quien se encuentre mal, sino otra persona.

WILHELM Sí, hizo todo tipo de locuras, pero a pesar de todo se encuentra bien. Está bien de salud.

HELLINGER *(Al grupo)* Naturalmente, hacer locuras significa que pone en peligro su vida. Es lo que suelen hacer. Wilhelm nos lo acaba de confiar. En un sistema así, se desarrolla la tendencia irresistible a que los hombres y los hijos varones expíen la muerte de la mujer. Detrás de esta dinámica se halla una fantasía loca, fantasía misógina y humillante para las mujeres. Parece extraño que en nuestra cultura esa dinámica esté tan difundida. Quizá esta circunstancia esté relacionada con que entre nosotros el acto del engendramiento se tenga por algo casi indecente, aunque en realidad sea el acto más humano posible. No existe ningún acto más grande ni más humano; tampoco hay acto

más arriesgado –y los padres lo saben. Son conscientes del riesgo, y el acto se realiza teniendo presente este riesgo. Ambos padres encaran el riesgo y lo aceptan. Cuando realmente se da la fatalidad, para la mujer es peor que para el hombre, ya que ella pierde la vida. Pero, si después el hecho se interpreta como si el hombre, por su impulsividad, hubiera matado a la mujer, sacrificándola a sus instintos, se trata de una injusticia contra la mujer y un atentado contra su dignidad, sin contar el atentado contra la dignidad del hombre. En un caso así, la fantasía más generalizada es que la mujer fuera asesinada por el hombre. En las constelaciones familiares, sin embargo, siempre se ve claramente que las mujeres muertas son plenamente conscientes de su dignidad; no acusan en modo alguno al hombre. Sin embargo, sí acusan a quienes no las respetan ni valoran a causa del temor que sienten por el hecho de que la mujer haya muerto. Este miedo actúa durante muchas generaciones, y es expiado a través de muchas generaciones, a veces, de manera muy curiosa. Así, por ejemplo, hubo un participante de un curso que configuró a su familia de origen: padre, madre y tres hermanos. Los tres hermanos estaban muy intranquilos, realmente excitados. Así, nos pusimos a buscar y descubrimos que la primera mujer del bisabuelo había muerto de parto. Al introducir a esta persona y colocarla detrás de los tres hermanos, estos se calmaron inmediatamente. Los tres eran homosexuales y uno de ellos se había suicidado. Este hecho también muestra una de las dinámicas desencadenantes de la homosexualidad: cuando el sistema no dispone de ninguna niña para la identificación, se da una *identificación cruzada*; es decir, un niño tiene que identificarse con una mujer para representarla. En consecuencia, se convierte en homosexual. También son frecuentes los casos en los que otros en el sistema, a veces hasta nietos y bisnietos, se suicidan para expiar la muerte puerperal de una mujer. *(A Wilhelm)* Por tanto, tienes que salir de la esfera de la madre y de su familia y pasar a la esfera del padre y del abuelo, del empresario. Allí te libras de las implicaciones del sistema materno y de la sensación de ser una víctima o de tener que expiar algo.

WILHELM Pero fue más tarde que descubrí que el abuelo tenía un negocio.

HELLINGER Solo sé que las implicaciones sistémicas no se basan en la transmisión verbal, sino que existe un conocimiento inmediato de sus causas. De lo contrario, tampoco podríamos representarlo si no hubiera ningún conocimiento inmediato.

FRANK Aún tengo una pregunta en relación con la supuesta culpa. Por una parte, el descendiente se identifica con la mujer que murió; por la otra, con la supuesta culpa de ese antepasado. Se trata de dos personas.

HELLINGER No quisiera fijarlo en una persona o dos. Yo lo veo como un gran conjunto. En el sistema, la fantasía es la siguiente: en el fondo tendría que suicidarse el abuelo, pero, como este no lo hace, otro lo hace en su lugar. Sin embargo, el hombre cuya mujer muere de parto no tiene esta fantasía –él conoce mejor la situación. Son los descendientes los que tienen esta fantasía. Detrás de todo esto aún actúa otra imagen:

alguien pierde la vida y, como contrapartida, otro también debe perderla. Es un concepto primitivo, antiquísimo, de compensación, que actúa en las profundidades del alma. Esta necesidad arcaica de compensación puede ser sustituida y superada por una compensación realizada según un orden del amor. En cuanto las personas que hicieron lugar son respetadas y valoradas conscientemente, ya no hay que hacer nada más. En cuanto se realiza algo más –por ejemplo, un acto de expiación–, se destruye el respeto. Lo único que importa es el respeto; todo lo demás es superfluo. Por eso, cualquiera puede realizarlo inmediatamente para sí mismo.

FRANK ¿Se trata únicamente del reconocimiento?

HELLINGER Correcto.

KARL Antes me preguntaba si es suficiente con que realice ese acto de respeto quien se siente víctima. ¿No tiene que conseguir que alguien más realice ese acto de respeto?

HELLINGER Para él, es suficiente con que él mismo lo realice. Es decir, debe reconocer que la primera mujer hizo sitio para la madre de su madre y, con ello, también para su madre.

ANNE ¿Tiene alguna importancia el lado en el que la desgracia ocurre, sea el materno o el paterno?

HELLINGER No, eso no tiene ninguna importancia. No hay ninguna diferencia. *(Al grupo)* En este contexto os contaré un cuento que encubre tanto como revela. Nos presenta una imagen engañosa, como si los deseos sirvieran de algo, induciéndonos, quizá, a dar pasos que, en lugar de conducirnos a la felicidad que deseamos, nos llevan a la desgracia que tememos. Cuando se perciben los efectos de tales imágenes, es provechoso contar el cuento con realismo, de manera que también aquí los deseos tengan sus límites y los actos arrogados desemboquen en el fracaso. Así, del cielo caemos a la tierra, y reconocemos nuestra medida.

El engaño

Había una vez un rey muy viejo que se acercaba a la muerte. Preocupado por el futuro de su reino, llamó a su criado más fiel, de nombre Juan, a quien confió un secreto y le pidió:

–¡Vela por mi hijo, ya que aún es muy joven, y sírvele con la misma lealtad que has mostrado hacia mí!

El fiel Juan se sentía importante –no era más que un criado– y sin sospechar nada malo levantó la mano diciendo:

–Os prometo guardar vuestro secreto y seré fiel a vuestro hijo como lo he sido con vos, aunque me cueste la vida.

Entonces murió el rey y, una vez pasado el tiempo de luto, el fiel Juan llevó al joven rey por todo el palacio, abriéndole todas las habitaciones y enseñándole las riquezas del reino. Una puerta, sin embargo, omitió, y cuando el joven rey, impaciente, insistió en que quería verla también abierta, Juan le avisó de que su padre lo había prohibido.

Finalmente, cuando el rey, obstinado, amenazó con abrirla por la fuerza, Juan cedió, lleno de tristeza: abrió también aquella puerta, pero se adelantó rápidamente para ponerse delante de un retrato e impedir que el rey lo viera. Pero no le sirvió de nada. El rey lo apartó, vio el retrato y cayó al suelo desmayado. Había visto la imagen de la princesa de la Cúpula de Oro.

Cuando el rey recobró el conocimiento aún estaba como fuera de sí, y ya no tenía otro pensamiento que convertirla en su mujer. Pero pedir su mano abiertamente le parecía demasiado osado, puesto que, como había oído, hasta ahora su padre había rechazado a cualquier pretendiente. Así, el fiel Juan y él pensaron un ardid.

Sabiendo que el corazón de la princesa de la Cúpula de Oro se deleitaba con todo lo que era de oro, cogieron del tesoro real las alhajas y las vajillas de oro y las embarcaron en un navío. Después, se hicieron a la vela y navegaron hasta la ciudad donde habitaba la princesa. Una vez llegados allí, el fiel Juan tomó una parte del oro y se fue al palacio para, secretamente, ofrecerla a la venta. Al oír esto, la princesa fue para verlo todo, y cuando le contó que aún tenían mucho más en su navío, la convenció de que fuera con él a la embarcación. Allí la recibió el rey, disfrazado de comerciante, y la encontró mucho más hermosa que su retrato. Bajó con ella a la cámara y le enseñó los tesoros.

Durante este tiempo, se levó el ancla y el navío se hizo a la vela. La princesa lo advirtió y se sintió aturdida. Pero después comprendió lo que estaba ocurriendo y supo que, en el fondo, correspondía a los deseos que ella misma secretamente había albergado; y entonces siguió el juego. Cuando ya lo había visto todo, miró hacia fuera, vio que el navío estaba ya muy lejos de la tierra, y pareció asustarse. Pero el rey, presentándole la mano, le dijo:

–¡No temas! Yo no soy comerciante, soy un rey, y te quiero tanto que te pido que seas mi mujer.

Ella lo miró, lo encontró amable, asió el oro y asintió.

El fiel Juan, empero, llevaba el timón, y mientras aún silbaba alegremente porque su ardid había salido tan bien, distinguió en el aire tres cornejas que vinieron a colocarse en un mástil y empezaron a hablar entre sí.

La primera dijo:

–El rey se lleva ya a la princesa de la Cúpula de Oro, pero no es suya todavía. Cuando desembarquen presentarán al rey un caballo alazán y él se montará para ir al palacio. Pero el caballo se lanzará a los aires con él y no volverán a tener noticias suyas.

La segunda dijo:

–A no ser que otra persona se lance sobre el caballo y, cogiendo la pistola que lleva en la silla, lo deje muerto en el acto.

La tercera añadió:

–Pero el que lo sepa y lo diga será convertido en piedra desde los pies hasta las rodillas.

La segunda corneja dijo:

–Aun suponiendo que acabara bien lo primero, el rey no por eso poseerá a la princesa. Cuando llegue a su palacio, encontrará una magnífica camisa de boda, y él irá a ponérsela. Pero la camisa, como pez y azufre, le quemará hasta la médula.

La tercera corneja dijo:

–A no ser que una persona se adelante a él, la coja con guantes y la tire al fuego.

Y la primera añadió:

–Pero el que lo sepa y lo diga se convertirá en piedra desde las rodillas hasta el corazón.

La tercera corneja prosiguió:

–Aunque fuera bien lo segundo, el rey aún no poseerá a la princesa. Cuando comience el baile de la boda, la reina se desmayará y caerá como muerta. Y morirá en realidad si no hay alguien que la levante, le abra el corpiño, le saque el pecho derecho, le chupe tres gotas de sangre y las vuelva a escupir.

Y la segunda corneja dijo:

–Pero el que lo sepa y lo diga se convertirá en piedra desde el corazón hasta la cabeza.

Juan sabía que ahora iba en serio. Pero, fiel a su promesa, se propuso hacer todo para salvar al rey y a la reina, aunque le costara la vida.

Al desembarcar sucedió todo lo que habían dicho las cornejas. Presentaron al rey un caballo alazán, y aun antes de que el rey pudiera montarlo, el fiel Juan saltó encima, cogió la pistola y mató al caballo. Los otros criados del rey dijeron:

–¡Pero qué se permite! El rey quería montar este magnífico caballo e ir al palacio, y él se lo mata. ¡No hay que perdonarle!

Pero el rey les dijo:

–Es mi fiel Juan. Ya habrá tenido sus razones para obrar así.

Cuando entraron en el palacio hallaron la camisa de boda, y antes de que el rey pudiera ponérsela, el fiel Juan la cogió con guantes y la arrojó al fuego. Los demás criados murmuraron:

–¡Qué atrevimiento! El rey quería ponerse la camisa preciosa para su boda, y él la arroja al fuego delante de sus ojos. No habría que perdonárselo.

Pero el rey replicó:

–Es mi fiel Juan. Ya habrá tenido sus razones para obrar así.

Finalmente se celebró la boda. Al comenzar el baile, la reina empalideció y cayó como muerta en el suelo. En seguida, el fiel Juan se encontró a su lado y antes de que el rey se atreviera a hacer nada –aún era inexperto–, le abrió el corpiño, le sacó el pecho derecho, chupó tres gotas de sangre y las volvió a escupir. En ese mismo instante, la reina abrió los ojos y recobró la vida. El rey, empero, sintió vergüenza, y al oír que los demás criados se burlaban diciendo que eso sí que era demasiado y, si el rey también ahora le perdonaba, perdería la autoridad, reunió el tribunal y condenó a muerte al fiel Juan.

Juan, sin embargo, mientras lo conducían al patíbulo, aún pensaba si debía revelar lo que las cornejas le habían confiado; de todos modos tenía que morir: si no lo decía, moriría en la horca, y si lo decía, se convertiría en piedra. Finalmente se decidió por revelarlo, pensando: «Quizá la verdad los haga libres».

Al hallarse ante su verdugo y, al igual que otros delincuentes, tener la oportunidad de decir unas palabras, refirió ante todo el mundo por qué había hecho aquello que parecía tan grave, y al pronunciar la última palabra, cayó sin vida, convertido en piedra. Así murió.

El pueblo entero dio un grito de dolor, y el rey y la reina se retiraron al palacio y a su alcoba. Allí, la reina miró al rey y dijo:

–Yo también oí las cornejas, pero no dije nada por miedo de convertirme en piedra.

El rey le puso el dedo en los labios y le susurró:

–Yo también las escuché.

Este aún no es el final de la historia, ya que el rey no se atrevió a enterrar al fiel Juan convertido en piedra, y lo puso como estatua delante de su palacio. Cada vez que pasaba delante de él suspiraba diciendo:

–¡Ay, mi fiel Juan!

Pero pronto tuvo otras preocupaciones, ya que la reina quedó embarazada y, finalmente, dio a luz a dos hijos gemelos, unos niños preciosos. Cuando los niños tenían tres años, el rey ya no aguantó más y le dijo a la reina:

–Tenemos que hacer algo para devolverle la vida al fiel Juan, y lo conseguiremos sacrificando lo más entrañable que tenemos.

La reina se espantó:

–¡Pero lo más entrañable que tenemos son nuestros hijos!

–Sí –dijo el rey.

A la mañana siguiente cogió la espada, les cortó las cabezas a sus hijos y vertió su sangre sobre la estatua del fiel Juan, con la esperanza de que volviera a la vida. Pero seguía siendo una piedra.

Al verlo, la reina gritó:

–¡Este es el final!

Se retiró a su alcoba, recogió sus cosas y volvió a su país. El rey, sin embargo, se fue a la tumba de su madre y allí lloró largo tiempo.

Quien ahora estuviera tentado de leer el cuento, de la manera en que se nos ha contado, encontrará lo mismo que ha oído aquí, siempre que lo lea atentamente. Pero, al mismo tiempo, encontrará en él el verdadero cuento, y, si quien lo lee rehúye la visión desnuda de su propia verdad, el cuento le hará soportable lo terrible a través de algo hermoso y apaciguará su miedo de encontrar, quizá, el cielo vacío a través de una esperanza ilusoria.

Padre e hijo

WOLFGANG Pensando en tu sugerencia, ayer por la noche hablé en seguida con mi hijo. No fue en absoluto difícil. Solo dijo:

–Como psicólogo hubieras podido saberlo tú mismo.

Le dije:

–A veces, yo también necesito un empujón.

Más tarde estuvimos hablando un poco más y me dijo, pensativo:

–Quizá sí que estudie psicología.

Mi mujer dijo:

–Para eso necesitarás buenas notas.

Y yo le contesté:

–Si tiene interés, también sacará buenas notas.

HELLINGER Psicológicamente fue bueno. Aún quisiera contarte otro ejemplo. Durante unas jornadas psicoterapéuticas, un participante contó que su hijo no lo respetaba. Entonces le dije:

–Puedes solucionarlo muy fácilmente. Cuando vuelva a comportarse así, pegas un golpe en la mesa y le dices: «Escúchame, hijo: yo soy tu padre y tú eres mi hijo».

Esa misma noche, ese participante regresó a casa –vivía muy cerca–, y al día siguiente, al volver al grupo, contó:

–Tuve una conversación con mi hijo como nunca antes había tenido. No tuve que pegar ningún golpe en la mesa.

Interiormente había cambiado, y de esta manera algo pudo fluir entre ellos dos.

Abuelo desconocido

WOLFGANG Aún hay otra cosa más que me preocupa y que no consigo captar. Mi madre es hija no matrimonial y alguna vez le pregunté qué fue de su padre. No quiso contarme nada de eso. Finalmente, y con mucho esfuerzo, dijo:

–Se murió pronto.

Cuando lo pienso, se me ocurre que, en este contexto, mi madre dijo que su padre, más tarde, se casó, y que el hijo menor de ese matrimonio cayó en la guerra a los 18 años.

HELLINGER La persona importante para ti es tu abuelo. A él le tienes que dar un lugar en tu corazón.

WOLFGANG Pero no lo tengo a mi alcance.

HELLINGER Sí que lo tienes. Una vez hubo un tal Konrad Lorenz [el etólogo Konrad Lorenz]. ¿Has oído hablar de él? Tenía un perro con el nombre ominoso de *Stasi*, pero en aquel entonces ese nombre aún no significaba nada.[3] El perro murió y Lorenz lamentaba no tener ningún descendiente de él. Así, se dijo: «La próxima vez no me pasará igual». Más tarde tuvo otro perro, que se llamaba *Tito*. De este crió en seguida un descendiente, y de este descendiente pronto tuvo otro descendiente. Un día, ese cachorro estuvo jugando delante de él, y Lorenz pensó: «Igual que *Tito*». Pero después le pasó por la cabeza: «Pero si no es verdad, ¡este es *Tito*!»

WOLFGANG Me parece muy fuerte eso.

HELLINGER ¿Tan difícil es? Un hijo siempre conoce a sus padres, aunque no los haya visto nunca: el hijo es sus padres, y sus abuelos.

Valorar a la madre

WOLFGANG Creo que empiezo a percibir lo importante que es para mí valorar a mis padres. En lo que a mi padre se refiere, me resulta relativamente fácil; poco a poco logro valorarlo. Pero me doy cuenta de que respecto de mi madre no soy capaz de hacerlo, de que la trato de una manera indigna.

HELLINGER *(Al grupo)* Él mismo se lo acaba de hacer difícil describiéndolo. Hubiera podido hacerlo directamente en vez de describir lo difícil que es. *(A Wolfgang)* Ya he dicho un par de veces la frase mágica que nos abre el camino al respeto; ¿aún recuerdas la frase mágica? *(Wolfgang sacude la cabeza)* La repetiré para ti: «Te honro». Nada te impide sintonizar con esta frase hasta que logres decirla auténticamente.

Afán transferido

DAGMAR Me llamo Dagmar. Soy psicoterapeuta y trabajo en mi propia consulta. Desde hace diez años vivo con Frank. Mis objetivos aquí son tanto profesionales como personales. En lo que al ámbito profesional se refiere, me dedico con mucho entusiasmo a hacer reconstrucciones familiares. Pero este método exige mucha energía y dura varias horas. Encuentro que sería bueno aprender un método en el que una pueda poner sus límites y trabajar con intervenciones breves y concisas; en este sentido espero sacar provecho de este seminario contigo. En lo que a mí personalmente se refiere, noto que simplemente no soporto que se me pase por alto.

HELLINGER Ese es un *sentimiento ajeno*. La pregunta es: ¿de quién y para quién has adoptado ese sentimiento?

DAGMAR Ayer volví a repasar detenidamente mi árbol genealógico, que hace tiempo dibujé con mucho cariño para un curso en terapia familiar y que abarca cinco generaciones, y me quedé enganchada. Algún que otro punto me llamaba la atención y en ese mismo instante escuchaba tu voz, «Eso no es así», lo cual sonaba terriblemente severo y desdeñoso en un momento como ese. Ahora estoy centrada en mi abuela materna, que solo después de 15 años decidió casarse, abandonando una posición buena y segura para ir a vivir con su marido a una granja muy pobre. Su marido murió muy pronto y ella siguió sola con la granja.

HELLINGER ¿Estuvo casada anteriormente?

DAGMAR No, mi abuela entró a los 15 años en una casa, de muchacha, y quien sería su marido trabajaba de cochero allí. Llevaban 15 años de noviazgo antes de casarse.

HELLINGER ¿Quién impidió la boda?

DAGMAR No lo sé.

HELLINGER ¿Cuál es tu imagen?

DAGMAR La primera imagen que me viene a la mente ahora es que había algo en la relación con su marido, es decir, con mi abuelo, que no funcionaba; creo que él aún buscaba otra cosa más.

HELLINGER Yo tengo otra imagen. Pienso en los señores.

DAGMAR Bueno, de ellos sé que no querían que mi abuela se fuera.

HELLINGER Exacto.

DAGMAR Estaban totalmente entusiasmados con ella.

HELLINGER ¿Con quién estaba enfadada tu abuela?

DAGMAR Pues... yo sé que estaba enfadada con su marido. Pero ¿tú quieres decir que en realidad estaba enfadada con sus señores?

HELLINGER Exacto.

DAGMAR Siempre hablaba con mucho entusiasmo de ellos. Se sentía muy valorada por ellos, realmente bien acogida.

HELLINGER Quizá no quisiera casarse realmente con tu abuelo. En ese caso, lo engañaría.

La hija está identificada con la novia del padre y adopta los sentimientos de esta

DAGMAR Me gustaría configurar a mi familia para ver si mi papel en ella me lleva a arrogarme algo. Estoy buscando algún tipo de descarga.

HELLINGER Entonces, configúrala.

DAGMAR ¿Padre, madre, abuelos?

HELLINGER No, padre, madre, hijos; eso basta. ¿O acaso hubo algún matrimonio o noviazgo anterior por parte de uno de tus padres?

DAGMAR Mi padre tuvo una novia y, después, otra relación con una mujer.

HELLINGER ¿Hubo hijos de esa relación?

DAGMAR No.

HELLINGER ¿Por qué se rompió el noviazgo?

DAGMAR Ya no quería a la mujer con la que estaba comprometido.

HELLINGER Naturalmente, estás identificada con esa mujer. Ya podemos olvidarnos de todo lo demás.

DAGMAR Me extraña.

HELLINGER Pondremos también a la novia. *(Dagmar posiciona al padre y, hacia su izquierda, un poco apartada, pero con la mirada puesta en él, a su propia representante, como segunda hija. A la derecha del padre, a una cierta distancia y también con la mirada puesta en él, coloca a la novia anterior del padre. A la madre la posiciona detrás del padre, hacia su izquierda, con la mirada apartada de la familia. A la izquierda de la madre se encuentra el primer hijo)* ¿Qué tal el padre?

PADRE Fatal. Como desplazado. Tengo la sensación de que Dagmar me ha girado en dirección a mi novia anterior algo más de lo que yo quiero. Realmente he tenido que oponer resistencia. Muy vagamente, de reojo, veo a dos personas a mi derecha y a mi izquierda, y siento algo muy poco cariñoso a mis espaldas.

HELLINGER ¿Qué tal la madre?

MADRE No me siento mal, pero no hay nada que me una a mi marido. Solo veo a mi hijo, y a mi hija la veo solo un poquito, de reojo. Pero sobre todo estoy centrada en mi hijo, aquí a mi lado. A mis espaldas no siento nada.

HELLINGER ¿Qué tal el hijo?

PRIMER HIJO Estoy a punto de huir.

(Madre e hijo se ríen).

HELLINGER *(A la representante de Dagmar)* ¿Qué tal la hija?

SEGUNDA HIJA Me siento bastante desconectada; un poco observada.

HELLINGER ¿Qué tal la ex novia?

NOVIA ANTERIOR DEL PADRE Estoy absorta con mi ex novio.

HELLINGER *(A la representante de Dagmar)* Intenta ponerte a la izquierda de la ex novia. ¿Cómo te encuentras ahora?

SEGUNDA HIJA Me siento más vinculada.

HELLINGER *(A Dagmar)* Esta es la identificación. Ahora imagínate los sentimientos que debió de tener, tal como tu padre hablaba de ella. Son estos sentimientos los que has adoptado de ella.

DAGMAR Mi padre habló muy poco de ella.

HELLINGER Antes has dicho que ya no la quería.

DAGMAR ¡Ah, sí! Eso es cierto.

HELLINGER ¿Como debía sentirse entonces?

DAGMAR Estaría disgustada.

HELLINGER Exacto. Cuando vuelvas a tener este tipo de sentimientos, es decir, la sensación de que te pasan por alto, ya ves de dónde provienen: son los sentimientos de ella. Por tanto, todos estos años de discusiones con Frank fueron totalmente inútiles. *(Dagmar se ríe)* Se dirigían a la persona equivocada.

PADRE Me siento atraído por mi novia. No es cierto que no la quisiese ni que ahora no la quiera.

HELLINGER *(A la madre)* ¿Cómo te encuentras tú ahora que tu hija está al lado de la novia anterior de tu marido? ¿Mejor o peor?

MADRE Peor. La echo de menos.

HELLINGER Tienes un corazón de madre. *(Coloca a la madre enfrente del padre. A continuación, posiciona al hijo a la derecha del padre)* ¿Qué tal ahora?

MADRE Mejor.

PADRE A mí me sienta bien.

PRIMER HIJO A mí me da pena que mi madre esté tan sola.

HELLINGER *(A la novia anterior)* Para ti, ¿ha cambiado algo mientras tanto?

NOVIA ANTERIOR DEL PADRE Sí. De repente, el hombre tiene una cara para mí. Ahora puedo mirarlo.

SEGUNDA HIJA Me siento algo lejos, pero noto que me siento muy unida a la novia, aquí a mi lado.

(Hellinger pone a la madre al lado derecho del padre y a los hijos, enfrente de ellos, por orden de edades. A la derecha de la madre, coloca a la novia anterior del padre).

HELLINGER *(A la madre)* ¿Qué tal ahora?

MADRE Bien.

PADRE Ahora, la familia se encuentra unida. Inmediatamente me ha pasado por la cabeza: «Ahora, el asunto con la novia está acabado».

HELLINGER *(A la representante de Dagmar)* ¿Qué tal la hija?

SEGUNDA HIJA *(Mira al suelo)* No siento que realmente pertenezca a este lugar. Por una parte, estoy aquí, junto a los demás, pero de alguna manera me siento extraña.

HELLINGER ¿Qué tal la novia anterior del padre?

NOVIA ANTERIOR DEL PADRE Me encuentro bien. Estoy libre.

HELLINGER *(A la representante de Dagmar)* Ahora haré un ejercicio contigo. Para ti, no será tan difícil porque no te afecta realmente, ya que solo estás representando a Dagmar. Arrodíllate delante de la madre, haz una reverencia profunda hasta el suelo, extiende los brazos hacia adelante, con las palmas de las manos abiertas hacia arriba. *(La representante de Dagmar se inclina ante la madre. Al cabo de unos instantes, cuando la representante quiere enderezarse de nuevo)* Aún es demasiado pronto. Quédate un poco más. *(A la madre)* ¿Qué tal? ¿Qué reacciones provoca esto?

MADRE Un poco la sensación de que no me merezco su reverencia. No soy digna de ella.

HELLINGER *(A la representante de Dagmar)* Levántate otra vez. ¿Cómo te encuentras ahora?

SEGUNDA HIJA Mejor. *(Sonríe a la madre, y la madre le responde con una risa)*.

HELLINGER *(A Dagmar)* Este es el próximo paso necesario para ti: dirigirte a la madre, cualesquiera que sean los sentimientos de ella. De esta manera se soluciona la identificación con la novia. La madre no se siente digna porque se encuentra en medio, entre el marido y la novia anterior de este. A pesar de todo, es correcto para el hijo o la hija hacer una reverencia ante ella. De esta manera, le dice: «Te honro».

NOVIA ANTERIOR DEL PADRE Para mí, también ha sido importante.

HELLINGER Aún te da más libertad. *(A Dagmar)* ¿Quieres colocarte en tu lugar?

(Dagmar ocupa su lugar, mirando al suelo).

DAGMAR Aquello de la reverencia me ha emocionado mucho. Pero ella no la acepta.

HELLINGER No ha dicho eso.

DAGMAR Ha dicho que no se sentía digna de ella.

HELLINGER Tiene todo el derecho a decirlo. *(Al grupo)* La efectividad de una reverencia

no depende de aquello que el otro diga. En terapia familiar, la solución nunca depende del otro. Nadie tiene que ser diferente de lo que era. Los padres no tienen que cambiar, ni tampoco hace falta que nadie pida perdón. Cada uno puede hacer por sí solo lo que sea necesario, por ejemplo, inclinarse ante los padres, independientemente del comportamiento de estos. La solución se encuentra en el acto que uno mismo realiza. De acuerdo, ya está.

Arrogación objetiva y subjetiva

HELLINGER *(A Dagmar)* Aún te diré algo más para aliviarte: la arrogación del hijo que, como en tu caso, representa a otra persona, viéndose obligado a asumir el papel de acusador frente a los padres, es una arrogación objetiva, no subjetiva. Es decir, resulta de una dinámica a la que el hijo no puede sustraerse. No es el hijo quien se arroga ese papel; se trata de una arrogación objetiva. Esta, aunque tenga los mismos efectos que la subjetiva, no encierra ninguna culpa personal: se trata de implicaciones sistémicas. Solo si después de este curso siguieras actuando igual que antes, te harías culpable.

Nostalgia del padre

GERTRUD No me encuentro en absoluto bien. Tengo una sensación desagradable en el estómago y sigo percibiendo los síntomas que antes, como representante de la madre, experimentaba en la constelación. No recuerdo haber experimentado nunca semejante debilidad.

HELLINGER Pero eso no tiene nada que ver contigo.

GERTRUD Sí, pero aún lo siento de ese modo. Quería preguntarte algo en relación a mi hijo no matrimonial. *(Suspira y está a punto de llorar)* ¿Me he hecho culpable?

HELLINGER Coge tu silla y tráela aquí. Siéntate delante de mí, algo más cerca, con los ojos cerrados. Abre la boca ligeramente. Respira y déjate ir. *(Con un gesto suave le hace bajar la cabeza)* Respira más rápidamente. Sigue el movimiento. *(Gertrud solloza)* Imagínate que sujetas algo fuertemente. *(Al cabo de un tiempo)* ¿Lo dejamos aquí? *(Gertrud asiente con la cabeza)* De acuerdo. ¿Cómo te encuentras?

GERTRUD Mejor, pero no lo entiendo.

HELLINGER No importa. *(Al ver que Gertrud se emociona de nuevo)* Entrégate a lo que acaba de pasar. Sigue ese movimiento. *(Gertrud llora. Susurrando)* ¿Sientes nostalgia?

GERTRUD Estoy pensando en mi padre.

HELLINGER Cierra los ojos. Imagínate que encuentras el camino de vuelta a él. *(Gertrud solloza)* Sigue respirando. Deja que salga. *(Gertrud respira con menos esfuerzo)* ¿Conoces la canción del príncipe y la princesa?

GERTRUD No.

HELLINGER ¿No? Reza así: «No pudieron encontrarse, pues tan profundas eran las aguas».

GERTRUD *(Se ríe)* Me he acercado a él.

HELLINGER De acuerdo, aquí lo dejo por el momento.

¿Cuándo es el hombre quien tiene prioridad en una familia y cuándo es la mujer?

GEORG En una constelación familiar, ¿cuándo se encuentra el hombre a la derecha de la mujer y cuándo a la izquierda?

HELLINGER Eso depende. En un principio, los padres tienen el mismo rango, es decir, comparten el primer lugar. Después vienen los hijos: el primero, el segundo, el tercero, el cuarto... Entre los padres no existe ninguna jerarquía según el orden de origen, ya que ambos comienzan al mismo tiempo. Sin embargo, existe una jerarquía según sus funciones: por regla general, el cónyuge responsable de la seguridad de la familia ocupa el primer lugar; en la mayoría de los casos, este es el marido. Por tanto, se encontraría a la derecha de la mujer. Pero también hay familias, como la de Ida, en las que claramente es la madre la que tiene el primer rango. En un caso así, la mujer se encontraría a la derecha del hombre. Pero también existen otras situaciones en las que la mujer tiene prioridad. Cuando en la familia de la mujer hubo personas importantes que fueron excluidas, por ejemplo, el padre, por no casarse con la madre, o la madre, por tener un destino difícil, el orden cambia. En un caso así, de derecha a izquierda, primero vienen las personas excluidas, después la mujer, y después el marido. Eso tiene que ver con la vehemencia de los destinos. Thea, por ejemplo, ocupaba el primer rango en su familia actual porque la vehemencia de los destinos en su familia de origen le daba más peso. Es decir, en cada caso tienes que probar. Por regla general, si hubo un noviazgo anterior, la segunda mujer tiene que ponerse entre su marido y la anterior pareja de este; y el segundo marido, entre su mujer y la anterior pareja de esta. Por ejemplo, en la familia de origen de Dagmar, su madre ha tenido que ponerse entre el marido y la novia anterior de este, ocupando así un lugar prioritario respecto de él. De esta manera le mostraba a su marido y a la novia anterior de este que ella lo tomaba y reclamaba como marido. Así, la novia no solo se ve separada de él, sino que, además, queda libre. Sin embargo, también se dan muchos casos en los que una segunda pareja no debe ponerse en medio.

Frecuentemente, una segunda mujer no debe colocarse entre el marido y su primera mujer cuando esta murió; o entre él y su anterior novia cuando esta sufrió una gran injusticia.

La mujer sigue al hombre, y el hombre tiene que estar al servicio de lo femenino

HELLINGER La relación de pareja se logra cuando la mujer sigue al marido. Es decir, cuando lo sigue en lo que respecta a su cultura, a su país, a su idioma, a su familia, y cuando también permite que los hijos sigan al padre en este mismo sentido. Cuando el marido sigue a la mujer, se crean tensiones. Por ejemplo, cuando el hombre se encarga de la empresa de la familia de su mujer, él está siguiendo a la mujer, lo cual lleva al fracaso: no puede desarrollarse ninguna relación plena. Esta solo puede darse cuando la mujer sigue al hombre. Esto es una descripción de lo que he podido ver. Si alguien aporta ejemplos de lo contrario, estoy dispuesto a conocerlos; hasta ahora, sin embargo, no he visto ninguno. Por otra parte, la relación únicamente puede lograrse cuando el hombre está al servicio de lo femenino –esta es la compensación. Lo que aquí digo no responde a ninguna teoría, simplemente describe mis observaciones.

JONAS Es el patriarcado.

HELLINGER Justamente no es eso. No se deduce de ahí.

JONAS Un amigo mío, de Estados Unidos, vive con su mujer india y con la familia de ella, en la India. Ahora ya tiene unos 60 años y está maravillosamente bien. Es una de las relaciones más bellas que conozco, pero también una gran excepción.

HELLINGER Bien, entonces retiro lo dicho. *(Risas en el grupo)*.

ANNE No estoy de acuerdo con que lo retires, porque lo que dices provoca algo en mi interior. Me gustaría que dijeras algo más al respecto.

HELLINGER Está bien. No cambio tan rápidamente y lo que digo no siempre es, tampoco, lo que sé. *(A Jonas)* Naturalmente –como con todos estos órdenes–, existen también dinámicas que indican la dirección contraria. Eso siempre existe. Por tanto, puede ser que tu amigo esté haciendo justo lo mejor. Pero aún quisiera decir algo más acerca de los hijos de tales relaciones: cuando los padres provienen de dos naciones diferentes, los hijos no deben elegir entre esos países como si tuvieran que decidirse a favor de uno y en contra del otro, sino que pertenecen a ambos; pero, por regla general, el país del padre tiene prioridad.

GERTRUD ¿Por qué se habla entonces de la «lengua materna»? Esa expresión es contraria a lo que dices.

HELLINGER La lengua materna sigue otras leyes. El niño aprende el idioma ya en el seno

de su madre; allí lo asimila ya. Sin embargo, no quisiera crear una oposición entre lo uno y lo otro.

THOMAS Creo que aquí hay también alguna correspondencia con mi propia historia. Se trata de que el hombre entró en el negocio por casamiento y tuvo que seguir a la mujer.

HELLINGER El hecho de que el hombre entre en un negocio en virtud del matrimonio con su mujer lastra y limita la relación. Pero «seguir» no significa «obediencia», sino otra cosa: «te sigo a tu familia».

Amor frustrado

JOHANN Estoy pensando en la idea de que la mujer sigue al hombre. Desde hace dos años tengo una amiga que vive en Suiza, y hasta ahora las cosas no han podido arreglarse de manera que podamos vivir juntos, lo cual me entristece mucho. En una ocasión, casi hubiera ido a vivir allí, pero después me di cuenta de que eso no era lo correcto, y noté que era ella la que tenía que venir. Es un deseo muy fuerte, pero no logro comprender por qué no funciona. Quizá también tenga que ver conmigo.

HELLINGER Te diré algo. Entre un hombre y una mujer todo se decide durante el primer cuarto de hora. Si no funciona entonces, ya no hay nada que hacer.

WILHELM ¿Durante el primer cuarto de hora?

HELLINGER Sí, es entonces cuando se establecen todas las reglas. Durante el primer cuarto de hora. Después ya no hay nada que lo supere.

JOHANN Eso suena muy fatalista.

HELLINGER Escoge algo mejor. Algunos aun despiden al tren antiguo cuando el nuevo ya está en la vía. Pero el amor desesperado dura más.

JOHANN Tengo la impresión de que realmente amo a esa mujer, cualquiera que sea el contenido de esta palabra.

HELLINGER ¿Ella te ama?

JOHANN Creo que sí. Lo único que noto es que le cuesta mucho expresarlo y que tiene mucho miedo de vivir. La pregunta que una y otra vez surge para mí es...

HELLINGER No, no, olvídalo.

JOHANN ¿Qué?

HELLINGER Una vez, un hombre me contó que tenía tres amigas y me preguntó por cuál de ellas debía decidirse. Le pedí que me contara un poco de cada una, y después le dije:

–La tercera.

Él me preguntó:

–¿Cómo lo notaste?
Le dije:
–Cuando hablaste de ella, tu cara se iluminó.

BRIGITTE Cuando son tres es más fácil.

HELLINGER *(A Johann)* No hubo ningún resplandor en tu cara.

JOHANN Pero creo que muchas veces sí está ese resplandor.

HELLINGER Algunos piensan que podrían superar los obstáculos a través del amor, que podrían forzarlo; si solo amasen lo suficiente, todo mejoraría. ¡No mejora!

JOHANN Hay mucha desilusión por lo que pasó, pero también estoy en contacto con aquel resplandor.

HELLINGER Yo no vi nada de eso. Lo habría visto si estuviera.

¿Qué te habré hecho para estar tan furioso contigo?

JAN Estoy muy excitado y deprimido. Quisiera contar algo que durante todo este tiempo deseaba referir. Hace cuatro años empecé una relación que se rompió hace dos años y medio. Pero nunca hubo un punto final. Desde entonces, cada día pienso no sé cuántas veces en aquella mujer. Eso también es un gran estorbo para mi relación actual. Estoy obsesionado y no sé por qué.

HELLINGER Aún le debes algo. *(Pausa prolongada)* ¿Qué le debes todavía?

JAN No lo sé, simplemente estoy increíblemente furioso con ella.

HELLINGER ¿Sabes cómo se desarrolla esa rabia? Hay una frase muy buena y divertida: «¿Qué te habré hecho para estar tan furioso contigo?» Aquí, la rabia sirve para rechazar alguna culpa. *(Pausa prolongada)* ¿Y ahora qué?

JAN Quizá deba demostrarle respeto.

HELLINGER Eso es demasiado poco aquí. Te daré otra referencia: el hombre que se encuentra al lado de su padre resulta atractivo para las mujeres. Aquel que está al lado de su madre les da pena.

La ira como rechazo del dolor

ROBERT Estoy pensando en la rabia de la que acabas de hablar y la relaciono con mi propia separación.

HELLINGER En una separación, la ira frecuentemente sustituye el dolor y la tristeza.

Cuando ambos cónyuges se abandonan al dolor por lo que fue mal, después pueden mantener una buena conversación. En un divorcio es sumamente importante que ambos hayan llorado y sentido ese dolor profundo. Muchos, por querer evitar ese dolor, buscan culpas; pero quien ha sufrido también se encuentra libre.

Ira contenida

HARTMUT Estoy luchando con el problema de la rabia, la ira y la agresividad. No recuerdo que jamás me haya permitido sentir rabia, ira o cualquier clase de agresividad.
HELLINGER ¡Muy bien! Eso se llama continencia afectiva; solo se encuentra en animales alfa.
HARTMUT *(Se ríe)* Ahora la pregunta es si tengo que recuperarla todavía o si puedo encontrar la solución para seguir siendo pacífico, o hacerme pacífico.
HELLINGER Ya te he dado la respuesta.
HARTMUT Entonces mis oídos no deben de funcionar bien.

Diferentes tipos de ira

La rabia se manifiesta de diferentes maneras, útil o devastadora, fuerte o débil.

Alguien me ataca o comete una injusticia conmigo, por lo que reacciono de manera correspondiente: con rabia e ira. Esta ira permite que me defienda o me imponga vigorosamente. Me capacita para actuar, es positiva y me fortalece. Esta ira tiene un motivo concreto, siendo, por tanto, adecuada. Se apacigua en cuanto alcanza su meta.

Me enfurezco o enojo porque me doy cuenta de que no he tomado lo que hubiera podido o tenido que tomar, que no he exigido lo que hubiera podido o tenido que exigir, o que no he pedido lo que hubiera podido o tenido que pedir. En vez de imponerme y tomar o conseguir lo que me falta, me enfurezco o enojo con las personas de las que no tomé o a las que no exigí o pedí, aunque hubiera podido o tenido que tomar, exigir o pedir. Esta ira sustituye el actuar y aparece como consecuencia de los actos omitidos. Por tanto, paraliza, incapacita, debilita y, frecuentemente, dura mucho tiempo. La ira como rechazo del amor tiene efectos similares. En vez de expresar mi amor, me enfurezco con aquellos que amo. Esta ira se remonta a la infancia si se desarrolla como consecuencia de un movimiento interrumpido hacia uno de los padres. Posteriormente, al darse situaciones similares, la ira repite la vivencia temprana, sacando de ella su fuerza.

Estoy enojado con una persona porque he cometido una injusticia con ella sin querer

admitirlo. Con esta ira me resisto a asumir las consecuencias de una culpa, pasándosela al otro. También esta ira sustituye mi propio actuar, permitiéndome permanecer pasivo, paralizándome y debilitándome.

Alguien me da tanto que me resulta imposible compensarlo. Eso es difícil de soportar. En consecuencia, me resisto al dador y a sus dones enojándome con él. Esta ira se expresa en forma de reproche, por ejemplo, de los hijos contra los padres. Así, sustituye el tomar, el agradecer y el actuar, dejando a la persona paralizada y vacía. También es posible que se exprese como depresión, que sería la otra cara del reproche. También ella sirve para sustituir el tomar, el agradecer y el dar, dejando a la persona paralizada y vacía. Asimismo, esta ira puede expresarse como un dolor interminable después de una separación, cuando aún les debo a quienes han muerto o han sido excluidos el tomar y el agradecer o, como sería el caso en la tercera forma de la ira, el asumir mi propia culpa y sus consecuencias.

Algunos sienten una rabia que adoptan de otros y en lugar de estos. Así, por ejemplo, cuando en un grupo un participante reprime su propia rabia, al cabo de un tiempo, otro miembro del grupo se enfurece, en la mayoría de los casos, el más débil, que no tenía ningún motivo para hacerlo. En una familia, este miembro más débil sería un niño. Cuando, por ejemplo, la madre está resentida con el padre y, sin embargo, reprime su rabia, uno de los hijos se enfadará con él. Frecuentemente, el más débil no solo se convierte en portador de la ira, sino también en su blanco. Cuando, por ejemplo, un empleado se enfurece con su jefe y, no obstante, reprime su ira, frecuentemente la dirigirá contra una persona más débil; cuando un hombre se enfurece con su mujer y retiene, sin embargo, su rabia, en su lugar lo pagará un hijo. Muchas veces, la ira no solo es transferida de un portador a otro, por ejemplo, de la madre al hijo, sino que también se transfiere de un destinatario a otro, de una persona fuerte a otra débil. En un caso así, una hija no dirige contra el padre la ira que ha adoptado de su madre, sino contra alguien con quien se siente capaz de enfrentarse, por ejemplo, su propio marido. Asimismo, en un grupo, la ira adoptada no se dirige contra la persona fuerte a la que apuntaba en un principio, por ejemplo, el coordinador del grupo, sino contra un miembro débil, que se convierte en chivo expiatorio. En la ira adoptada, los perpetradores están fuera de sí, sintiéndose fuertes y justificados; en realidad, sin embargo, actúan con fuerzas ajenas defendiendo derechos ajenos, por lo que permanecen ineficaces y débiles. También las víctimas de la ira transferida se sienten fuertes y justificados al saber que sufren injustamente. Pero también ellos permanecen débiles, y su sufrir es inútil. Existe una ira que es virtud y habilidad, fuerza atenta y eficacia que se concentra en lo que es necesario para solventar una situación y que, con audacia y conocimiento, encara lo pesado y lo poderoso. Sin embargo, está libre de emoción. Si es preciso, también hace daño al otro, pero no por miedo y ni por estar enojado con él: es agresión como energía pura. Esta ira

es el fruto de una disciplina y un ejercicio de mucho tiempo; quien la tiene, sin embargo, la tiene sin esfuerzo. Su expresión es el actuar estratégico.

Precaución y audacia

JONAS Me llamo Jonas. Soy médico, pero no trabajo en el ámbito de la medicina somática, sino que me desempeño como terapeuta familiar. No estoy casado; desde hace 17 años vivo en pareja y no tengo hijos. Lo que en estos momentos me preocupa es la poca claridad que tengo respecto de mi familia de origen. Cuando, a los 18 años, me fui a vivir a 300 kilómetros de mis padres, mi madre desarrolló un cáncer. En aquel entonces veía una relación, pero no reaccioné en absoluto. Aunque había sido desahuciada, se curó al cabo de tres años. Ahora, este año, recibí la primera llamada de casa, en la que me comunicaban que mi hermano, que tiene diez años menos que yo, se había vuelto loco. En este curso me encuentro todavía en una fase de aproximación y siento cierta precaución ante tus «verdades».
HELLINGER Te diré algo: la audacia y la precaución apuntan a direcciones opuestas, al igual que las puntas de un arco. Este, sin embargo, se mantiene curvado por la cuerda. La cuerda une las puntas divergentes, desarrollándose así la tensión que lleva la flecha a su meta. La precaución sola, sin embargo, no produce ninguna tensión.
JONAS Mi duda es si debo involucrarme; aunque me temo que no conseguiría más que estabilizar el sistema. Me gustaría encarar el miedo y configurar a mi familia.

El hijo representa al novio de la madre

HELLINGER *(A Jonas)* ¿Quién pertenece a tu familia?
JONAS Mi padre, mi madre, mi hermano menor y yo.
HELLINGER ¿Hay alguien que aún falte ubicar en la familia nuclear?
JONAS Sí. Tuve una hermana que nació muerta.
HELLINGER Esta hermana es importante; ¿qué posición ocupa en el orden de precedencia?
JONAS Entre mi hermano y yo.
HELLINGER ¿Alguno de tus padres estuvo casado o comprometido anteriormente?
JONAS Sí, mi madre estuvo comprometida anteriormente. Su novio murió en la guerra.
HELLINGER A este también lo pondremos. *(Jonas posiciona a la madre, y a su propio*

representante, directamente al lado derecho de ella. Un poco detrás de ella y también a la derecha pone al padre. A continuación, coloca al novio anterior de la madre detrás y a una cierta distancia de ella, mirando hacia fuera. Entre la madre y el novio anterior coloca a la hermana que nació muerta, también con la mirada hacia fuera. El tercer hijo se encuentra a la izquierda de la madre, a una cierta distancia y mirándola. A Jonas cuando este introduce al novio anterior de la madre) Ahora ya se ve tu identificación.

JONAS ¿Mi identificación con el novio?

HELLINGER Sí. Configuraré directamente la solución, porque aquí es muy simple. *(Coloca a los padres juntos, la madre a la izquierda del padre. A los hijos los posiciona enfrente de los padres, por orden de edades. Finalmente coloca al novio anterior de la madre a la derecha y a una cierta distancia del padre, ligeramente girado hacia la familia)* ¿Qué tal el padre?

PADRE Me parece bien, pero el novio aún me molesta un poco.

HELLINGER Se le debe el reconocimiento. ¿Qué tal la madre?

MADRE Me gustaría girarme un poco para ver al novio. *(Se ríe)*.

HELLINGER Sí, es cierto; él forma parte del sistema. Pero el marido se tiene que poner entre los dos; si no, el matrimonio fracasa. *(Al representante de Jonas)* ¿Qué tal el hijo mayor?

PRIMER HIJO Me encuentro bastante bien.

HELLINGER ¿Qué tal el hijo menor?

TERCER HIJO Estoy muy nervioso, pero no sé por qué.

HELLINGER ¿Qué tal la hermana muerta?

SEGUNDA HIJA † Bien.

NOVIO ANTERIOR † DE LA MADRE Me gustaría acercarme un poco, pero sé que no sería bueno.

HELLINGER *(A Jonas)* ¿Quieres ponerte en tu lugar? *(A Jonas, cuando este ocupa su lugar)* Ahora puedes decirle una frase a tu madre, una frase muy simple. Mira a tu padre, y dile a la madre: «Mi padre es este». *(Jonas se ríe y mira al novio de la madre)* No, no. *(Al grupo)* Automáticamente entra en competencia con el padre porque representa al novio anterior de la madre. El novio es importante para la madre, y Jonas lo representa para ella. *(A Jonas)* Lo que contaste de tu vida es que te fuiste lejos. Es exactamente lo que hizo el novio. Sin embargo, puedes quedarte si te pones al lado de tu padre. El lugar que verdaderamente te corresponde es a su lado. Por tanto, dile a la madre: «Mi padre es este».

JONAS *(A la madre)* Es este.

HELLINGER «Solo este».

JONAS Solo este.

HELLINGER «Con el otro no tengo nada que ver».

JONAS *(Se ríe)* Sí, con el otro no tengo nada que ver. Este es.

HELLINGER Aún quisiera decirte algo de los «buscadores de Dios», ¿quieres oírlo?

JONAS Sí.

HELLINGER Buscan a su padre y, cuando lo encuentran, la búsqueda de Dios termina. O toma otra forma. De acuerdo, ya está. *(Al grupo)* ¿Más preguntas?

FRANK A veces, en un principio colocas a las personas identificadas una al lado de la otra. En este caso, no lo hiciste así.

HELLINGER No, aquí era tan obvio que no hacía falta. Cuanto más avanza el curso, menos pasos requiere la solución porque hay muchas cosas que ya están claras.

El sentido del equilibrio sistémico

En el trato con personas y grupos nos vincula un «sentido que sabe» y que nos mantiene en relación con ellos, impulsándonos y dirigiéndonos constantemente. Es comparable a aquel otro sentido sapiente que, en contra de la fuerza de la gravedad, nos impulsa y dirige constantemente para mantener nuestro cuerpo en equilibrio. Bien podemos, si queremos, caernos hacia delante o hacia atrás, hacia la derecha o hacia la izquierda; pero un reflejo nos obliga a buscar la compensación antes de producirse la catástrofe, centrándonos a tiempo. Asimismo, existe un sentido superior a nuestra voluntad y a nuestros deseos que vela por nuestras relaciones. Al igual que un reflejo, tiende a la corrección y a la compensación en cuanto nos desviamos de las condiciones necesarias para una relación lograda, poniendo en peligro nuestra pertenencia al grupo. Al igual que nuestro sentido del equilibrio, este sentido relacional percibe al individuo junto con su entorno, distingue el espacio libre y los límites, y nos guía a través de los sentimientos de placer y desplacer. Este desplacer lo sentimos como culpa, y el placer, como inocencia.

Culpa e inocencia, por tanto, se experimentan en relaciones y se refieren a relaciones, ya que todo actuar que repercute en otros va acompañado de un sentimiento sapiente de inocencia o de culpa. Comparable al ojo que, al ver, constantemente distingue la claridad de la oscuridad, este sentimiento en cada momento distingue si nuestro actuar perjudica o favorece la relación. Así pues, sentimos como culpa aquello que perjudica la relación y como inocencia lo que la favorece.

Aun así, culpa e inocencia sirven a *un mismo* señor, ya que, igual que un cochero con sus caballos, *un mismo* sentido las engancha en *un mismo* coche, dirigiéndolas en *una misma* dirección, y, así emparejadas, tiran de una misma cuerda. Son ellas las que

impulsan la relación, manteniéndola en el camino con su tira y afloja. Bien quisiéramos, a veces, coger las riendas nosotros mismos, pero el cochero no las suelta. El coche nos lleva como prisioneros e invitados a la vez. El nombre del cochero, sin embargo, es «conciencia».

Los diferentes tipos de conciencia

Personas que provienen de familias o grupos diferentes tienen conciencias diferentes, ya que la conciencia exige de cada uno aquello que lo vincula a su grupo y sirve a este, y le prohíbe aquello que lo separa de su grupo y perjudica a este. Pero también el individuo obedece a su conciencia de manera diferente en cada grupo, puesto que lo que sirve a un grupo puede perjudicar al otro, y lo que en un grupo le asegura la inocencia en el otro lo arroja a la culpa; por ejemplo, en el ámbito profesional y en la familia.

Y también en el individuo mismo, o en el seno de un mismo grupo, la conciencia sirve a fines que tanto se complementan como se contradicen; por ejemplo, el amor y la justicia, o la libertad y el orden. Así, para fines diferentes, la conciencia se sirve de sentimientos diferentes de inocencia y de culpa. Por tanto, sentimos la culpa y la inocencia de una manera determinada cuando sirven al amor y al vínculo; de otra manera cuando sirven al equilibrio justo; de manera distinta cuando a los órdenes y las reglas se refieren; y de manera diferente cuando están al servicio del cambio y de la libertad. Pero aquello que sirve al amor perjudica a la justicia; y lo que para el justo significa inocencia, para la persona que ama, quizá se convierta en culpa.

A veces experimentamos la conciencia como simple y concentrada, por ejemplo, al socorrer a un niño en peligro. En la mayoría de los casos, sin embargo, la conciencia actúa de manera diversa y dispersa, e igualmente diversas y dispersas sentimos la inocencia y la culpa. A veces, por tanto, experimentamos la conciencia como si de una sola se tratara. Mayormente, sin embargo, se asemeja más bien a un grupo en el que diferentes representantes intentan de diversas maneras lograr fines diferentes, sirviéndose de diversos sentimientos de culpa y de inocencia. En ocasiones, se apoyan mutuamente y, para bien de un todo superior, también se mantienen en jaque mutuamente. Sin embargo, aunque parezcan opuestos, sirven a un orden superior que, al igual que un general, busca diferentes éxitos en frentes diferentes, con tropas diferentes en terrenos diferentes, con medios y tácticas diferentes, para, al final y a favor de un todo superior, tan solo permitir victorias parciales en todos los frentes.

A este respecto, os contaré una breve historia.

La inocencia

Alguien quiere dejar aquello que lo acosa, y así se atreve a emprender un nuevo camino. Por la noche hace un alto y, de pronto, ve a una cierta distancia la entrada a una cueva.

«Curioso», piensa. En seguida quiere entrar, pero la encuentra sellada con una puerta de hierro.

«Curioso –piensa–, quizá ocurra algo».

Se sienta enfrente de la puerta, una y otra vez dirigiendo su mirada a ella y volviéndola a apartar, mirando y dejando de mirar, y al cabo de tres días, cuando justo acaba de apartar la mirada y volver a mirar, ve la puerta abierta. Se abalanza hacia el interior, avanza corriendo y, de repente, se encuentra nuevamente al aire libre.

«Curioso», piensa, se frota los ojos, se sienta y, a una cierta distancia, ve un pequeño círculo blanco *(blanco como la nieve)*, y en el interior de ese pequeño círculo blanco se ve a sí mismo: acurrucado, encogido y de un blanco resplandeciente. Alrededor de aquel pequeño círculo blanco oscila una inmensa llamarada de sombras que parece querer entrar con todas sus fuerzas.

«Curioso –piensa–, quizá ocurra algo».

Se sienta enfrente, una y otra vez mirando y apartando la vista, mirando de nuevo y apartando la vista, y al cabo de tres días, cuando justo acaba de apartar la vista y volver a mirar, ve cómo el pequeño círculo blanco se abre, la llama de sombras negras se precipita en su interior, el círculo se ensancha, y él, por fin, puede estirarse. Pero ahora el círculo es gris.

Conciencia y compensación

IDA Desde que Wilhelm ha configurado a su familia, me siento con más libertad y movilidad. Pero lo que aún me preocupa es si todavía queda algo por hacer cuando hubo un desenlace bueno.

HELLINGER Cuando en una relación o en un grupo se da un desequilibrio entre la ventaja de uno y la desventaja de otro, todos los implicados sienten la necesidad de llegar a una compensación. La sienten como una exigencia de su conciencia, y, si no la siguen conscientemente, lo hacen de manera instintiva. Así pues, experimentamos la conciencia de una manera muy particular como sentido de equilibrio y compensación. Asimismo, sentimos esta necesidad de compensación ante el destino, cuando, sin ningún mérito por nuestra parte, tuvimos suerte o alguna ventaja en comparación con otros. Siempre que

alguien me da, o yo tomo algo –por muy bello que sea lo recibido–, noto un sentimiento de desplacer. Lo percibo como una presión, hasta que también yo haya dado o pagado algo equivalente. Esta culpa se vive como obligación de dar. Así, decimos, por ejemplo: «Me siento en deuda con él o con ella». Ahora bien, cuando, bajo la presión de esta culpa, doy o pago algo equivalente, me siento libre de la presión de la obligación. Esta sensación de no tener ninguna obligación se vive como levedad y libertad. Asimismo, cuando me niego a tomar para no estar obligado, vivo este hecho como levedad y libertad. Esta inocencia es cultivada por los que intentan huir de nuestra sociedad, pero también por aquellos que se dedican a ayudar, que dan sin tomar. Esta libertad, sin embargo, nos convierte en solitarios y nos empobrece.

Compensación positiva y negativa

Cuando, en una relación de pareja, la mujer le da algo al hombre, mostrándole así su amor, el hombre se siente presionado hasta que también él le dé algo a ella. Dado que él también la quiere, le da un poco más de lo que ella le dio. Ahora es ella la que se siente presionada y, dado que también ella lo quiere, le da aun un poco más. De esta manera, el intercambio positivo se incrementa, aumentando también su felicidad y reforzándose el vínculo existente. Sin embargo, cuando el hombre tan solo le devuelve lo mismo, la presión de la compensación y del intercambio cesa.

DAGMAR ¿Y si devuelve menos?

HELLINGER Cuando uno de los cónyuges devuelve menos de lo que toma, pone en peligro la relación. Te daré una imagen: la alternancia entre dar y tomar, y su incremento, son comparables al caminar de una persona. Para seguir avanzando, constantemente tiene que ir perdiendo y recuperando el equilibrio. Si pierde el equilibrio sin compensarlo en seguida, se cae y acaba en el suelo. Lo mismo ocurre en una relación de pareja cuando uno da y el otro se niega a tomar y a compensar el desequilibrio. Ahora bien, si solo aguantamos el equilibrio, por ejemplo, en una relación de pareja, dando no más de lo que tomamos y, por tanto, evitando intensificar nuestro dar, nos quedamos parados. Cuando en una relación de pareja uno da menos de lo que toma, también el otro le dará menos. Así, el intercambio entre ellos decrece y, en vez de avanzar, retroceden, disminuyendo también su felicidad y el vínculo existente.

BRIGITTE ¿Qué ocurre si alguien me causa realmente daño? ¿También en este caso debo buscar la compensación?

HELLINGER La presión para la compensación se siente tanto en lo positivo como en lo negativo. Cuando alguien comete una injusticia conmigo, siento la necesidad de vengarme. Ahora bien, si no le devuelvo la injusticia y prefiero, quizá, perdonarle o no

exigirle algo que le haga un daño equivalente, no tomo en serio a aquella persona, por lo que acabará separándose de mí. Si me vengo de manera adecuada o exijo una compensación, sigo en relación con esa persona. Algunos, en cambio, actúan igual en lo negativo que en lo positivo: le hacen al otro un poco más de daño que el que este cometió contra ellos. En consecuencia, el otro nuevamente se siente con el derecho de devolverle la injusticia, incrementándose así el intercambio negativo y, con él, también el sufrimiento y la desdicha. La cuestión sería, por tanto: ¿qué puede hacer una pareja para poner fin al intercambio negativo y reanudar el positivo? Así como en el dar positivo, por precaución, se le da algo más al otro, en el dar negativo se hace al revés: por precaución se le devuelve algo menos. De esta manera, el intercambio negativo termina, y el positivo puede volver a empezar.

Los límites de la compensación

Lo que se considera válido en el seno de determinados grupos, frecuentemente se transfiere también *a Dios y al Destino*. Así, por ejemplo, cuando una persona se salva de una situación en la que otros perecieron, pretende pagarle a Dios y al destino como si de personas se tratara y él pudiera ganarse su indulgencia a través de esta compensación. Así pues, esa persona se limita, desarrollando, quizá, algún síntoma o sacrificando algo que le era valioso, u otra persona se sacrifica en lugar de él, por ejemplo, un niño.

O uno de los cónyuges no toma al otro si este ya tuvo una relación anterior –aunque aquella pareja muriera–, porque le parece que lo tiene a costa de la primera pareja.

O los hijos de un segundo matrimonio no toman a sus padres, o se limitan y se castigan, porque otros hicieron lugar para ellos.

Aún peor es el caso de aquellos que se consideran elegidos porque el destino les fue favorable, jactándose de su suerte, ya que, en consecuencia, su suerte cambia –sea cual fuere nuestra explicación–, porque ni ellos ni los demás soportan esta arrogancia.

La compensación a través del agradecimiento y de la humildad

Solamente podemos tomar del destino de una manera adecuada, si tomamos lo bueno, que recibimos sin ningún mérito, como un regalo. Esto, sin embargo, es dar las gracias. *Dar las gracias significa tomar sin soberbia*, compensar sin pagar.

Este agradecimiento es algo totalmente distinto de decir gracias. Cuando yo le ofrezco algo a otra persona y esta únicamente dice «Gracias», es demasiado poco. En cambio, si su cara se ilumina y me dice «¡Qué regalo más bonito!», ya ha dado las gracias. De esta

manera me valora a mí y lo que le doy. Decir «gracias», en cambio, frecuentemente no es más que un sustitutivo de este agradecimiento. Algunos también proceden así con Dios y con el Destino: dicen gracias en vez de tomar con amor.

Sin embargo, quien toma del destino un regalo inmerecido se siente igualmente presionado: tiene que hacer algo. Pero, en vez de limitarse, pasa a otros algo de lo que recibió. De esta manera, se siente aliviado y, a la vez, los demás reciben algo bueno.

Pero así como debo tomar lo bueno cuando me toca sin que medie ningún mérito personal, también debo aceptar que me toque una desgracia sin haberla causado. Es decir, debo someterme al destino tanto para lo bueno como para lo malo. Así, estoy en sintonía y libre. *Este someterse es humildad.*

Claridad duradera

DAGMAR Lo que he vivido en la constelación de mi familia me ha parecido muy acertado. Realmente, no había valorado a mi madre. Primero he sentido una breve tristeza y después, una gran claridad duradera. A continuación, ha habido un efecto dominó: que mi madre se diera la vuelta para inclinarse ante su madre, y esta dijera también: «No me lo merezco; no soy digna». Ahora ya no me importa quién engañó a quién, si mi abuelo a mi abuela, o al revés; puedo distanciarme. En la familia en sí, inmediatamente ha cambiado mi relación con los hombres, por ejemplo, con mi hermano. Es algo totalmente desacostumbrado. Siento curiosidad por ver qué pasará. Interiormente, me he pasado al lado paterno para distribuir nuevamente mis simpatías. A raíz del impulso recibido aquí aún tengo otra pregunta: ¿qué ocurre cuando algo no ha sido valorado o reconocido? Mi abuela paterna, por ejemplo, perdió a su hija pequeña a la edad de seis meses, y da la impresión de que ni los dos hijos que tuvo posteriormente ni su marido fueron realmente tomados o valorados por ella. ¿Aún queda algo por hacer para mí?

HELLINGER No. Tienes que ver que la abuela permaneció atada en su dolor por la hija pequeña, de manera que ya no estaba libre para los demás.

Respetar el pasado

HELLINGER *(A Dagmar)* Aún te diré algo al respecto: el orden en la familia, tanto nuclear como extensa, implica que, al cabo de un tiempo, todo lo pasado pueda considerarse realmente pasado. Eso es sumamente importante. Lo que ocurrió en la generación de tu

abuela, por ejemplo, debe considerarse pasado ahora. Eso también se aplica, como en tu caso, Frank, a los síntomas: si se consideran pasados, quizá te dejen en paz. Todo obedece a la ley de lo efímero, y nosotros la reconocemos y respetamos cuando, en su momento, también admitimos que las cosas son efímeras y pertenecen al pasado. Si se vuelve al pasado, únicamente hay que hacerlo para arreglar lo que aún nos pueda atar, o para sacar fuerzas para el futuro. Por tanto, tampoco hay que ir demasiado lejos en ese retorno, a no ser que haya algo muy grave que siga influyendo en el presente. Volver hasta la quinta generación, por ejemplo, ya es ir demasiado lejos; lo máximo sería la cuarta generación. En las familias orgullosas de sus extensos árboles genealógicos, como puede ser el caso de muchos miembros de la aristocracia, las desgracias siguen ejerciendo su influencia nociva durante mucho tiempo.

DAGMAR Este encontrar la paz es una experiencia maravillosa.

HELLINGER Encontramos la paz cuando también la concedemos, por ejemplo, a los muertos. Así están en paz. Hablando de los que murieron jóvenes, hay unos bellos versos de Rilke en las Elegías de Duino: «los ausentados prematuramente: suavemente se desacostumbran de lo terrenal». Necesitan un cierto tiempo para desacostumbrarse de la vida; después se encuentran en otra esfera, y allí hay que dejarlos. En el poema «Orfeo. Eurídice. Hermes», también de Rilke, Orfeo pretende recuperar a Eurídice; pero ella duda, ya que está «sumida en sí misma. Y su estar muerta la colmaba como una plenitud». ¿Algo más, Dagmar? Tienes la mirada muy clara.

Del fuego, las cenizas

DAGMAR Me siento muy, muy, muy bien. Pero aún hay otra cosa que, en el fondo, no me gusta tanto mencionar.

HELLINGER No lo digas. Primeramente tienes que saber claramente si para ti es correcto, si es idóneo. Cuando la persona aún duda, entonces no es lo idóneo.

DAGMAR Para mí, está bien. Me di cuenta de que...

HELLINGER No. Según mi percepción, no es lo idóneo en este momento. *(Al grupo)* Es importante que el terapeuta esté al servicio de los secretos y los respete. Lo que se revela a la fuerza, sin que brille por sí solo, pierde su luz en seguida.

IDA Observando lo que aquí ocurre, lo comprendo y, a la vez, no lo comprendo. Se dan las dos cosas.

HELLINGER Lo que es grande nos toca, pero es imposible asirlo; sigue siendo un misterio. Quien pretende analizarlo para saberlo exactamente del fuego no tendrá más que las cenizas.

Desaparecen los dolores de espalda

UTE Yo me encuentro bien. He estado muy cansada, pero ahora estoy otra vez presente. Quisiera darles las gracias a todos los que, por mí y conmigo, han dado algo para configurar a mi familia. Sí, de momento, simplemente me encuentro bien. Y ya no tengo dolores de espalda –se me olvidaba decirlo.

Igualdad no respetada y la ley del equilibrio

BRIGITTE Ya que he decidido hacer algo, me gustaría trabajar ahora.

HELLINGER Adelante.

BRIGITTE ¿Quieres que configure a mi familia de origen o la familia de mi hija? El problema lo tengo con mi hija.

HELLINGER Configura a tu familia actual, todos los hombres, las mujeres y los hijos.

BRIGITTE Estoy casada por segunda vez. Mi primer marido se separó de nosotros y, más tarde, murió.

HELLINGER ¿Por qué os separasteis? ¿Pasó algo?

BRIGITTE Yo estaba estudiando psicología, y acabé la carrera; ya no lo necesitaba.

HELLINGER Aquí actúa la ley del equilibrio. Cuando, en un matrimonio, uno se forma en alguna profesión y el otro lo mantiene económicamente, aquel que fue mantenido abandona el matrimonio porque ya no puede llegar a una compensación. *El matrimonio no tolera ningún desnivel entre el dar y el tomar.* Todo tiene que estar equilibrado. Asimismo, si la mujer, durante el matrimonio, le paga los estudios al marido, él la abandona en cuanto acaba la carrera. Aún le debes algo.

BRIGITTE Tengo un recuerdo muy selectivo de sus debilidades. Pero sé que aún le debo algo.

HELLINGER Los recuerdos tienen una finalidad.

BRIGITTE Ayer y anteayer estuve buscando fotos de él para ponerlas en un altar de imágenes, y mis hijas habían...

HELLINGER Tus hijas hacen lo que tú no hiciste.

BRIGITTE Me han quitado todas las fotos; no he encontrado ninguna. Mi marido volvió a casarse y tuvo dos hijos con la segunda mujer.

HELLINGER A estos también los necesitamos.

BRIGITTE Mi segundo marido trajo dos hijos al matrimonio. Su primera mujer murió.

HELLINGER *(Cuando Brigitte comienza a configurar a su familia)* Configuraré el orden directamente; en este caso, es muy sencillo. *(Posiciona a una representante de Brigitte y, a la izquierda de ella, a los representantes de sus cuatro hijos, por orden de edades. Al lado de los hijos coloca a su padre y a la segunda mujer de este con sus dos hijos, también por orden de edades. A la derecha de Brigitte coloca a su segundo marido, con una pequeña distancia, y a la derecha de este, su primera mujer y a los dos hijos de este matrimonio. De esta manera se forma un semicírculo en el que todos pueden ver a todos)* ¿Qué tal las hijas?

PRIMERA HIJA *(Hija problemática)* Rodeada de fuerza.

SEGUNDA HIJA Completo.

TERCERA HIJA Impresionada.

CUARTA HIJA Me encuentro bastante bien.

HELLINGER ¿Qué tal el padre?

PRIMER MARIDO Desde que he oído que las hijas habían robado las fotos, estoy totalmente emocionado. Antes no tenía ninguna relación.

HELLINGER Las hijas deben ir con el padre. Aquí, la madre no tiene ningún derecho sobre las hijas. Deben ir con la familia de él. ¿Cómo se encuentra la segunda mujer?

SEGUNDA MUJER Bien.

QUINTA HIJA Bien.

HELLINGER Todas estas son vuestras hermanas.

SEXTO HIJO De alguna manera, demasiadas mujeres.

HELLINGER Para ti, sí. ¿Qué tal el segundo marido?

SEGUNDO MARIDO Creo que la distancia aquí [hacia la mujer] no es casual, pero está bien así.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra su primera mujer?

PRIMERA MUJER † Bien.

HELLINGER ¿Cómo se encuentran sus hijos?

SEPTIMO HIJO Un club interesante.

OCTAVA HIJA Bien.

HELLINGER *(A la representante de Brigitte)* ¿Qué tal la mujer?

MUJER No me encuentro bien. Tengo la sensación de que me ahogan.Todo esto es demasiado para mí. Desearía estar en un círculo más pequeño.

PRIMERA HIJA A mí me gustaría acercarme más al padre.

HELLINGER Exacto.

(Hellinger modifica la imagen girando a la representante de Brigitte hacia su segundo

marido, a una cierta distancia de sus hijos, que ahora se encuentran al lado de su padre).

MUJER Así está mejor, mucho mejor. Solo estoy un poco triste por haber perdido a las hijas. Tengo un sentimiento fuerte hacia ellas.

HELLINGER Las has perdido. Ellas deben ir con el primer marido, a su sistema. No se las puedes quitar, se las debes.

BRIGITTE También estoy en vías de separación con mi segundo marido.

HELLINGER Tampoco en su sistema tienes ningún lugar; ni en el primer sistema, ni en el segundo. *(Configura la imagen de la solución: aparta a la representante de Brigitte tanto del grupo alrededor de su primer marido como del grupo alrededor de su segundo marido, pero de manera que su mirada los pueda abarcar a todos. A la representante de Brigitte)* ¿Qué tal aquí?

MUJER También bien.

HELLINGER Es lo que corresponde.

MUJER También está en orden. Sí, es mejor así; hay espacio.

SEGUNDA HIJA Por primera vez noto un sentimiento vivo hacia mi madre.

PRIMERA HIJA Ahora tengo contacto con ella.

HELLINGER Aquí se ven las consecuencias de una separación a la ligera. Así se pierden los derechos. *(A Brigitte)* ¿Quieres ponerte tú misma en tu lugar? *(A Brigitte, cuando se encuentra en su lugar)* Aún puedes ir probando por ti misma si quieres.

BRIGITTE Sí, yo soy la engañada.

HELLINGER No. Tan solo llevas las consecuencias de tu decisión. Delo contrario, las llevarían tus hijas.

BRIGITTE Yo tengo que llevar las consecuencias. *(Llora)*.

HELLINGER Exacto, pero aún no las has aceptado.

BRIGITTE Sí, es posible.

HELLINGER Exacto. Pero este dolor sana; reconcilia a las hijas con la madre. ¿Bien así? *(Brigitte asiente con la cabeza)* Bien, ya está. *(Al grupo)* Aquí se ve que cuando una persona hace algo por ella misma, de la manera que Brigitte lo hizo, no puede escaparse de las consecuenciasy tiene que aceptarlas. No puede ser que se cometa una injusticia con el hombre y que encima se le quiten los hijos. El que se va se queda solo. Los hijos se quedan con aquel que sufrió la injusticia. Este es un principio importante.

BRIGITTE La razón por la que comencé mis estudios fue una relación que él tuvo durante un año y medio.

HELLINGER Él también se hizo culpable. Este es un aspecto que se añade, pero no basta para compensar lo otro.

Celos y compensación

CLAUDIA Aún tengo otra pregunta al respecto. Ella comenzó sus estudios y los terminó. Después se llegó a la separación. Pero luego no se fue ella, sino él. Así lo acabo de entender.

HELLINGER Eso no tiene ninguna importancia aquí, porque la dinámica está clara. Cómo arreglaron en concreto la separación no tiene ninguna importancia. Con los celos, por ejemplo, el celoso quiere conseguir que el otro se vaya, no que se quede. Sin embargo, hace ver que quiere que el otro se quede. Los celos son un medio para alejar la culpa de uno mismo y pasársela al otro. Así, la pregunta acerca de quién se va primero no tiene ninguna importancia en relación a la culpa y las consecuencias. El irse también puede ser como un favor; es decir, puede suceder que uno lo haga por el otro, para hacerle un favor. Pero si uno, a costa del otro, hace algo en el matrimonio que no tiene nada que ver con este, de manera que el otro lo tenga que pagar, pone fin a la relación. Es diferente cuando él mismo paga sus estudios. *(A Brigitte)* ¿Pagaste tus estudios tú misma? *(Brigitte asiente con la cabeza)* En este caso, no tiene la misma dinámica que cuando el hombre los paga. Cuando el hombre le paga los estudios a la mujer, esta siempre se va. Cuando la mujer le paga los estudios al hombre, este siempre se va. Porque ya no existe la igualdad. Cuando la mujer estudia, y sus padres lo pagan, no importa. Si el hombre estudia, y sus padres lo pagan, no importa. Pero en tu caso aún está actuando otra dinámica más. En tu caso, los estudios eran el deseo de salir de la relación; eran la venganza por la relación que él tuvo. También aquí rige el principio del equilibrio. La pregunta es: ¿quién hizo más daño al otro? ¿Él a ti, o tú a él? ¿En qué caso la venganza fue mayor? A eso se refería tu pregunta anterior por la compensación negativa. Es algo que debes tener en cuenta, sea cual fuera la manera en que lo aclaras para ti.

Inocencia y venganza

El inocente es el más peligroso. El inocente tiene la rabia más grande y actúa de manera más destructiva en una relación, porque se siente justificado. Así, pierde la medida. El culpable, en cambio, está más dispuesto a ceder y a reparar. Por regla general, la reconciliación no fracasa por el culpable, sino por el inocente. ¿Podemos dejarlo así?

Infidelidad y fidelidad

THEA Aún estoy dándole vueltas al hecho de que ella estudiara psicología después de que su marido tuviera una relación con otra mujer durante un año y medio. A pesar de todo, en la constelación resulta que ella ha perdido sus derechos sobre las hijas. Como mujer, me choca, porque lo considero injusto.

HELLINGER ¿Es injusto? Lo que no ves es *la culpa de los inocentes*, puesto que no son los culpables los que acaban enojándose, sino los inocentes. Por regla general, el culpable no está enojado con el otro, frecuentemente no experimenta ningún sentimiento negativo. El inocente, sin embargo, sí se enfada, ya que se siente justificado haciéndolo. Su culpa es especialmente grave porque aparece en forma de inocencia y de justicia. ¿Qué hay de malo en que una persona alguna vez mantenga otra relación? ¿Qué es lo que se hiere? El inocente se comporta como si tuviera el derecho de poseer al otro para siempre. Esta actitud es arrogante. En vez de intentar ganarse al otro a través del amor, se le persigue. ¿Y así quiere que vuelva? Es imposible que lo haga. Una vez que el inocente haya saciado sus deseos desmesurados de venganza, el culpable ya no puede volver a él. Por tanto, abogo a favor de lo más humano y de la mesura. Siento un profundo respeto ante la fidelidad, pero no bajo estas condiciones. La fidelidad debe ser un resultado del amor. Frecuentemente se reclama: «Yo soy la única persona que puede tener importancia para ti». Muchas veces, sin embargo, la persona se encuentra también con otras personas importantes, por lo que el otro no tiene ningún derecho de perseguirlo. Debe respetar la situación tal como es; así, quizá, puede darse una solución buena para todos. Esta, sin embargo, solo es posible a través del amor. ¿Lo he dejado bastante claro? Pero aún quisiera mencionar otro detalle. A menudo, la lucha de un cónyuge por el otro se nutre del miedo del niño que teme perder a su madre. Así, *la exigencia de fidelidad* no *se dirige* tanto a la pareja como *a la madre*. También la fidelidad de un cónyuge, especialmente la fidelidad abnegada, transfiere la fidelidad del niño con su madre al marido o a la mujer. En consecuencia, tiene algo de irreal. Os daré un ejemplo:

Un hombre me escribió diciendo que estaba comprometido, pero que su novia le había dicho que su amor no era más que una transferencia, y que ella quería ser independiente de él y tener también otras relaciones. Él, sin embargo, pensaba que debía guardarle fidelidad, esperando que volviera con él. En una carta le contesté de la siguiente manera: «Frente a tu novia muestras una fidelidad semejante a la que los niños sienten por su madre. Por tanto, también te engaña tu sentimiento. Ella no te merece».

En la siguiente carta me contestó que se sintió liberado inmediatamente. En seguida se sacó el anillo y se sintió preparado para lo nuevo.

Venganza en lugar de otra persona

UTE Por una parte, aún me ocupa el sistema de Brigitte, sobre todo la manera tan implacable en que se desarrollan estos principios de orden –que, obviamente, se corresponden con la realidad, aunque parezcan configurados por ti. Es decir, esto aún me da que pensar. Por otra parte, tiene que ver conmigo y con mi madre. En mi matrimonio –solo estuve casada durante poco tiempo– también se me engañó, y después me fui. Me sentía absolutamente inocente, y este hecho me hace pensar nuevamente en la identificación con mi madre; porque en su caso pasó algo similar. Mi padre actuó con buena intención cuando la envió con su familia para que mi hermano enfermo se recuperara. Entretanto, mi padre mantuvo una relación con su secretaria, de la que nació otro hijo. Pienso que yo percibí y adopté algo de la venganza de mi madre hacia mi padre. Es decir, ahora hay algo nuevo que arde pero que también puedo mirar con una cierta distancia.

Reflexionar sobre la inocencia

KARL Al mirar el reloj, me he dado cuenta de que ya se acaba la jornada de trabajo, y noto lo fresco que me siento todavía. Antes se me ha quedado grabada la idea de que los inocentes son los peligrosos. Simplemente está muy presente, trabajando en mi interior.

Regalos para la madre

CLAUDIA Estoy nerviosa, me preocupa mi madre. Wolfgang se fue antes, porque mañana es el cumpleaños de su madre e irá a verla. Mi madre también celebra su cumpleaños mañana, pero yo no pienso ir. En el fondo, esto empezó ayer cuando tú... *(Comienza a llorar)*.
HELLINGER Escucha: puedes imaginarte qué regalos le llevarás de este curso. Sería una buena ocasión. Pero tendrías que anunciarlo primero para que sepa que le llevarás regalos. Así, mañana podrás quedarte tranquilamente. ¿De acuerdo?
CLAUDIA *(Se ríe)* Nunca he hecho algo así, pero me parece bien.

En el último límite las crisis se deciden con más facilidad

ROBERT Estoy algo intranquilo porque próximamente tendré que decidir si sigo viviendo con mi hijo y me deshago de la casa.

HELLINGER Todo eso viene demasiado pronto. Una crisis se supera en el último límite. Durante una época fui director de una escuela grande. A veces había alguna crisis; pero yo me quedaba mirando, durante días, viendo cómo hervía aquello, hasta que la crisis alcanzaba su punto culminante. A partir de ahí, se solucionaba rápidamente; en el punto culminante es muy fácil.

ROBERT Hay una decisión que necesito tomar ya: cuándo y cómo vuelvo a dirigirme a mi mujer. Ella me lo ofreció, es decir, quisiera tener contacto; pero desde hace tres meses no hay ningún contacto porque yo no quería.

HELLINGER Ahora espera hasta que te sientas capaz de hacerlo. El próximo paso te toca a ti. ¡Pero contáctala sin falta!

ROBERT Eso ya lo tengo claro; solo se trata de saber cuándo y cómo.

HELLINGER Cuando sea el momento, lo notarás en seguida. Aunque ya se conozca la decisión, hay que esperar a que se reúna la fuerza para la ejecución.

ROBERT Me cuesta mucho esperar.

HELLINGER Porque no eres ningún guerrero. Ellos sí que actúan así. Durante la guerra, cuando se producía un ataque, había que esperar hasta que el enemigo estuviera a unos 50 metros. Eso es muy difícil. Exacto. Es más fácil empezar a disparar cuando aún se encuentra a un kilómetro de distancia. Pero ¿de qué te sirve?

Una imagen diferente

FRANK Aún quisiera preguntar algo con respecto a mi separación. Me ha llamado la atención que, siempre que en una constelación he tenido que representar a un padre, como antes en el caso de Brigitte, los hijos tenían que ir con el padre. ¿Acaso tiene alguna importancia para mí?

HELLINGER No, eso no tiene ninguna importancia para la relación con tus hijos. Solo se trataba de las relaciones que se han configurado en cada caso concreto. Lo que ocurre en tu caso no lo sabemos. Pero, si quieres investigar, puedes configurar a tu familia.

FRANK Me gustaría hacerlo.

HELLINGER Entonces hazlo ahora mismo. Aún nos queda un poco de tiempo.

FRANK Bien, los que forman parte son mi primera mujer, de la que estoy divorciado, yo, dos hijos, y Dagmar, mi compañera actual, que está aquí conmigo.

HELLINGER ¿Hubo algún matrimonio anterior?

FRANK Dagmar estuvo casada anteriormente.

HELLINGER También necesitamos a un representante para este marido. *(Frank posiciona*

a su segunda mujer a la izquierda de su propio representante. Algo más hacia la izquierda coloca al primer marido de ella. A la derecha de su propio representante y a una cierta distancia, posiciona a su hijo mayor y a su segunda hija. A la derecha de ellos, coloca a la madre de esta, la primera mujer de Frank. Al representante de Frank) ¿Qué tal el marido?

MARIDO Cuando mi compañera actual vino aquí a mi lado, me dio calor humano. Echo un poco de menos a mis hijos.

HELLINGER ¿Qué tal la primera mujer?

PRIMERA MUJER No lo sabría decir.

PRIMER HIJO De la manera en que estoy colocado ahora, no mantengo ningún contacto con mi padre. Además, tengo la sensación de que pierdo el contacto con mi madre si me dirijo a él.

HELLINGER Acércate un poco a él para ver cómo te sientes.

PRIMER HIJO *(Se pone al lado del padre)* Así me parece mejor. De esta manera, también tengo más contacto con mi madre.

SEGUNDA HIJA Aquí me encuentro bien. Pero preferiría hacer algo por mi cuenta.

PRIMERA MUJER Me parece que estoy soñando.

HELLINGER *(A la hija)* Ponte al lado de tu hermano. *(A la primera mujer)* Gírate hacia fuera. ¿Qué tal así?

PRIMERA MUJER Bien.

MARIDO También para mí está muy bien.

HELLINGER *(A la primera mujer)* Da otro paso más hacia fuera. ¿Qué tal así?

PRIMERA MUJER Bien.

PRIMER MARIDO DE LA SEGUNDA MUJER Yo no tengo nada que ver con todo esto. Pero siento que aún hay tensiones entre mi ex mujer y yo.

(La segunda mujer se ríe. Hellinger modifica la imagen colocando a los hijos al lado de su padre. La primera mujer queda a la derecha de ellos, algo más apartada, pero su mirada abarca a todos).

HELLINGER *(A Frank y Dagmar)* Ocupad vosotros mismos vuestros lugares. *(A la hija)* ¿Te encuentras bien aquí?

SEGUNDA HIJA Me encuentro bien, aunque pienso que con esta otra mujer hay problemas *(señala a la segunda mujer)*.

HELLINGER ¡Desde luego! Naturalmente, representarás a tu madre frente a ella.

PRIMER HIJO También yo la echo en falta.

PRIMERA MUJER Yo también sentía curiosidad por ver lo que ocurría ahora. *(Se acaba de girar nuevamente hacia la familia)*.

HELLINGER ¿Qué tal al ver a la familia así, de lejos?

PRIMERA MUJER Una imagen más completa.

FRANK Estoy absolutamente perplejo.

HELLINGER Es una solución simple y clara. De acuerdo, ya está.

FRANK *(Después de sentarse otra vez)* No consigo atar cabos. De golpe me han venido a la mente varias cuestiones.

HELLINGER ¡Simplemente alégrate de lo que acabas de ver! Si te alegras, es suficiente.

FRANK Me siento muy inseguro con todo esto.

HELLINGER Alégrate con inseguridad. Algunos no pueden estar contentos hasta que no encuentran algún inconveniente. Existe la posibilidad de esquivar esta tendencia y disfrutar a pesar de todo. De acuerdo, siempre te sucede lo mismo: la felicidad da miedo, y la felicidad conlleva responsabilidad.

FRANK Pienso que, antes de asumir la responsabilidad, también debo aclarar todo esto.

HELLINGER Está claro: tu mujer tiende a volver a su país y a su sistema, y tus hijos deben ir contigo. Se mostró realmente aliviada al verlo.

FRANK Siempre me sentía culpable.

HELLINGER También para mí fue un alivio verlo. Me alegro por ti. Aquí no hace falta que hablemos de culpa; la dinámica lo conlleva. La dinámica se desarrolla así, y así está bien. *(Al grupo)* De acuerdo, por hoy terminamos.

La ronda

La «ronda» consiste en que los participantes, uno tras otro, puedan tomar la palabra para decir lo que el trabajo hasta ahora realizado ha obrado en ellos, hagan preguntas y aborden inmediatamente lo que en ese momento necesita ser tratado. Los demás participantes escuchan centrados y con atención, sin intervenir ni decir nada. Así, ningún participante necesita atender a comentarios u objeciones de los otros. A pesar de todo, el grupo sirve de presencia que ayuda a cada participante a centrarse, ya que, *en cuanto uno se desvía hacia detalles que más bien sirven de justificación o de acusación, en lugar de fomentar el desarrollo personal, el grupo se inquieta.* En este caso, el terapeuta interrumpe el proceso y se dirige al siguiente cliente. En cambio, mientras alguien esté trabajando algo importante para él, todos permanecen atentos y centrados, aunque el proceso requiera más tiempo. Lo que tiene importancia para el individuo afecta a todos, y, cuando un miembro del grupo descubre o soluciona algo esencial para él, los demás aprenden con él, como en un modelo, sin tener que trabajarlo personalmente en el grupo. Al principio, las rondas suelen ser relativamente cortas. Hacia el final de un curso, sin embargo, se alargan, porque para muchos es la última posibilidad de solucionar cuestiones no solucionadas que les apremian. Los siguientes capítulos son una descripción resumida de una de estas rondas.

Síntomas adoptados

ANNE Me encuentro bien. Noto que muchas cosas han empezado a moverse y que algunas se han aclarado. Me he dado cuenta de que estoy identificada con una persona, quizá incluso con varias...

HELLINGER No, por regla general, solo existe una identificación. Si hubiera varias, la persona se volvería loca.

ANNE Pues una identificación que me supongo, o que me quedó más clara, es con mi abuela; es decir, lo noté físicamente. Una y otra vez tiendo a respirar mal, solo con la parte superior del tórax y sin llegar a respirar profundamente. Por ejemplo, sé que aguanto la respiración cuando tengo miedo o en situaciones conflictivas, y que en tales momentos también me encojo físicamente. Me ha venido a la mente el recuerdo de que

la abuela tenía cierta fobia persecutoria; cuando yo era niña, siempre me pedía que mirara a ver si había alguien escondido en alguna parte. Creo que en buena parte adopté este miedo y que, ya de pequeña, aguantaba la respiración en tales situaciones.

HELLINGER ¿Qué se hace entonces en tales situaciones?

ANNE Supongo que respirar.

HELLINGER Se mira a la abuela con amor y se le dice: «Aguanto la respiración por ti». ¿Sí? ¿Es posible?

ANNE Lo intento.

HELLINGER ¿Notas el amor? Ese amor te hace libre si le permites que surja. ¿Algo más, Anne?

Origen judío

ANNE Sí. Esta mañana, al hablar de mis abuelos paternos, en vez de decir que murieron o perecieron, por primera vez he podido admitir la expresión «fueron asesinados».

HELLINGER ¿Por quién?

ANNE Durante la época nazi. Soy de familia judía.

HELLINGER Eso es siempre muy, muy significativo. Una mujer judía no puede casarse con ningún alemán.

ANNE Yo me casé con un alemán.

HELLINGER No funciona. Una mujer judía no puede casarse con ningún alemán.

ANNE ¿Puedes decirme por qué?

HELLINGER La relación fracasa. Aún no he visto ningún caso en el que haya acabado bien. Al revés, sí. Un judío puede casarse con una alemana, pero no a la inversa. Eso no funciona.

JOHANN ¿Hay alguna explicación, o simplemente fracasa?

HELLINGER No lo explico. Es así. *(A Anne)* ¿Has visto algún ejemplo de lo contrario?

ANNE Sí.

HELLINGER ¿Realmente?

ANNE Realmente.

HELLINGER De acuerdo, entonces posiblemente tendré que revisar mi afirmación.

ANNE Pero soy consciente del problema.

HELLINGER Cuando una mujer judía se casa con un hombre que no es judío –en el caso de un marido alemán aún es más difícil–, solo funciona si ella abandona el judaísmo. Pero un judío no puede hacer eso; no es posible. El vínculo por el destino común es más

fuerte entre los judíos que entre otras personas, entre otras personas normalmente no sucede.

ANNE ¿Por qué piensas que es diferente con un marido judío?

HELLINGER Eso tiene que ver con lo que dije ayer, con que la mujer debe seguir al marido. Una mujer judía no puede hacerlo sin abandonar su confesión. Una mujer que no es judía puede seguir a su marido, pero a la inversa no es posible.

GEORG ¿No es cierto también que las mujeres transmiten el judaísmo? De esta manera, los hijos se alejan automáticamente de la familia del padre.

HELLINGER Sobre todo tiene que ver con que la mujer judía no puede casarse con un hombre que no sea judío sin abandonar su confesión, mientras que una mujer que no es judía puede seguir al marido judío sin dejar su religión. En este caso no es así. El vínculo con el sistema de valores, impuesto por la pertenencia a su sistema religioso, impide este paso para la mujer judía. Este, sin embargo, no es más que un motivo; es decir, se trata de un conjunto de múltiples factores. Por regla general, no funciona, y más vale no engañarse.

ANNE Sin embargo, elegí a este hombre. Ahora bien, lo que hace más complicado el asunto es el hecho de que mi marido era un candidato para la vocación religiosa. Es decir, también es teólogo católico. Su madre no lo había destinado para el matrimonio.

HELLINGER De acuerdo, eso es más fácil de solucionar. Ese no sería ningún motivo para distanciarse de él. La dificultad más bien se halla en ti y en tus padres, y en tu destino. *(Anne vive separada de su marido)*.

ROBERT Quizá sea también importante tener en cuenta el porcentaje de la parte judía; ¿quizá sea solo un 50 o un 25 por ciento?

HELLINGER No quiero meterme en casuística. Aquí se trata de percibir las fuerzas que actúan. Después hay que examinar cada caso concreto. *(A Anne)* Es una información importante la que acabas de dar. Así será más fácil configurar a tu familia.

La medida justa

IDA Me siento alterada y tengo una pregunta: ¿cómo se encuentra la medida justa de las cosas?

HELLINGER ¿La medida justa?

IDA Sí, la medida justa.

HELLINGER Hay una orientación interior. Cuando la persona es consciente de ella, centrándose en su interior, nota cuándo llega al límite o cuál es la medida justa. A veces fijamos la medida sirviéndonos de nuestra razón, pero frecuentemente resulta

equivocada. Así, por ejemplo, cuando en una persona brota un sentimiento fuerte y auténtico, como fue el caso de Ute con su madre, ayer o anteayer, y cuando la persona se entrega a este sentimiento, este le indica la medida. Esta persona nunca puede pasarse de la medida justa. Es diferente cuando alguien se imagina un sentimiento, como, por ejemplo, Wilhelm con el sentimiento de ser una víctima. Era un sentimiento falso. Entonces se excede la medida justa, ya que la persona no está centrada. Sin embargo, el sentimiento que brota inmediatamente de una situación contiene la medida justa, aunque nos imaginemos que es desmesurado. De pronto se siente claramente: ahora está bien. De esta manera, también es posible encontrar la medida en otras situaciones. Algunos piensan que la medida pequeña sería más segura que la grande. Pero no: solo la medida justa es la segura.

IDA Es decir, también en la compensación entre el dar y el tomar, primero hay que esperar para encontrar la medida justa, la medida adecuada para cada uno.

HELLINGER La medida resulta de la interacción con un asunto, o con una tarea, o con una persona. Es imposible calcularla de antemano.

Aliviado

WILHELM He dormido muy bien y, asombrosamente, ahora tengo un montón de tiempo.

HELLINGER Muy bien.

WILHELM Y, por lo demás, me encuentro bien.

El precio

HELLINGER ¿Cómo te va, Klara?

KLARA Bien. Estoy bastante cansada.

HELLINGER Sí, claro.

KLARA Quisiera preguntarte algo: desde ayer, cuando salió el tema de la compensación entre el dar y el tomar, he estado pensando directamente en mi accidente. Hace nueve años tuve un grave accidente de tráfico y, a este respecto, siempre he visto el tema de la compensación referido a mi relación de aquel entonces. Tuve el accidente con un hombre. Ayer, sin embargo, se me ocurrió que quizá el accidente esté relacionado muy concretamente con la familia.

HELLINGER Es posible que sea así.

KLARA ¿Con la familia?

HELLINGER Sí. ¿Y qué haces ahora con todo esto?

KLARA No lo sé.

HELLINGER Bien, las secuelas del accidente son irreversibles; ahora tienes que llevarlas. Pero puedes atenuarlas recordando lo que viviste ayer, es decir, dando un lugar en tu corazón a todos los que pertenecen a tu familia; así habrá paz. Lo demás debes tomarlo como tu destino. *(Al grupo)* Quisiera decir algo con relación a los traumas, los accidentes o las fatalidades. Muchos de los que sufrieron una fatalidad, por ejemplo, personas que fueron torturadas o que se salvaron de los campos de concentración, frecuentemente se olvidan de lo más importante. ¿Qué es lo más importante?

KLARA Que sobrevivieron.

HELLINGER Que acabó bien. Y esto es lo más difícil de tomar. Una vez me llamó un hombre contándome que había participado en un viaje organizado a Rodas. Allí visitaron un túnel acuático de la Edad Antigua. Justo en medio tuvo un ataque de pánico. Salió como pudo y volvió al hotel. Allí tuvo otro ataque de pánico. Así que decidió volver a casa de inmediato. Pero una vez llegado allí, tuvo otro ataque. Al oír su relato, le dije:

–Este es un recuerdo de tu nacimiento. Cuando tenga una plaza en un curso te cogeré; así podremos solucionarlo. En cuanto tuve una plaza libre, el cliente vino y revivió su nacimiento. Pero no le ayudó. Le pregunté:

–¿Qué pasó durante tu nacimiento?

Contestó:

–Mi madre estuvo a punto de morir por una hemorragia.

Le dije:

–De acuerdo, arrodíllate, cara a la pared, e imagínate a tu madre; mírala y dile: *«Lo tomo al precio que a ti te costó»*. Pero el cliente no se veía capaz de decirlo. Era demasiado para él. Finalmente, al cabo de tres días, consiguió pronunciar esa frase y quedó en paz. Así es. *(A Klara)* Este fue el sentido de la reverencia de ayer: cogiste lo que cada uno había dado por tu vida, al precio que habían pagado. Y todos se mostraron afables contigo, ¿verdad? De hecho, cuando alguien ha pagado un precio, también quiere ver que no fue en vano.

KLARA ¿Quieres decir que el precio fue el accidente?

HELLINGER No, los demás pagaron el precio por tu vida, y quieren ver que no fue en vano. Es decir, si tomas tu vida al precio que los demás pagaron por ella, y le sacas partido, los demás estarán reconciliados con el precio que pagaron. En cambio, si tú misma no permites que las cosas te vayan bien, el precio se pagó en vano. ¿De acuerdo?

KLARA Sí.

HELLINGER Bien. ¿Algo más?

KLARA Gracias.

El nivel emocional básico y cómo elevarlo a un estado positivo

SOPHIE Yo también he dormido bien esta noche, en dos partes. Es decir, después de una fase de un sueño realmente profundo, me desperté y en un principio estaba muy tranquila. Pero después sí que ha surgido alguna que otra cosa que me conmovió ayer. No tengo preguntas en relación directa con la familia, pero de repente noto muy claramente que, si hoy en día me encuentro tan bien, se debe a mi posición segura con mi padre al momento de morir mi madre.

HELLINGER ¿Cuándo murió tu madre?

SOPHIE Yo acababa de cumplir siete años. Mis hermanos no lo sobrellevaron tan bien.

HELLINGER Mirando a las personas, es posible determinar inmediatamente su nivel emocional básico, es decir, el estado emocional al que la persona se retira para tener el mínimo estrés. Si su felicidad supera ese punto, su estrés es mayor, y lo mismo ocurre cuando su felicidad es inferior. Es posible clasificar a las personas por su *estado emocional* básico imaginando *una escala* que, pasando por el cero, fuese desde el cien negativo *(como punto más bajo)* hasta el cien positivo. Tú te encuentras aproximadamente en el 50 negativo. A quien se encuentra en el nivel negativo de su estado emocional básico le falta uno de los padres. Anne, por ejemplo, se encuentra en el nivel positivo de su estado emocional básico. Klara, curiosamente, va subiendo. Se dice que el nivel emocional básico es invariable. Pero yo descubrí cómo se puede influir sobre él.

SOPHIE *(Riendo)* Espero que me digas algo al respecto.

HELLINGER De lo contrario, hubiera podido ahorrarme esta introducción tan larga. Bien, cuando se logra integrar al padre o a la madre ausentes o excluidos, el nivel emocional básico sube unos 75 puntos. *(Risas en el grupo. A Sophie)* Si perdiste a tu madre cuando tenías siete años, te faltará; está clarísimo. Pero siempre estás a tiempo de darle su lugar. Debes saber que un niño que pierde a uno de los padres a edad temprana no puede soportar el dolor porque es demasiado débil. En consecuencia, *el niño reacciona con rabia, esta es su forma de expresar dolor.* Más tarde, cuando pretende llegar al dolor, no lo consigue, sino que llega a la rabia. Este hecho le avergüenza. Sin embargo, *se trata de la forma adecuada del dolor en un niño.* Los padres saben que esta es la forma adecuada del dolor en un niño; tu madre lo comprendería. ¿De qué murió tu madre?

SOPHIE De las consecuencias de una operación. La verdad es que ella estaba psíquicamente enferma. Siempre estuvo enferma y simplemente no se recuperó.

HELLINGER Quisiera hacer un ejercicio simple contigo, nada dramático, de manera que entres en contacto con tu madre y con el amor que sientes hacia ella. Pero solo si tú también quieres.

SOPHIE Me da un poco de miedo.

HELLINGER Siempre es así cuando se toca algo esencial. Pero es algo sano y muy simple.

SOPHIE De acuerdo.

Paz a través del amor

HELLINGER *(A Klara)* ¿Me ayudarías en este ejercicio?

KLARA Sí.

HELLINGER Entonces, échate de espaldas en el suelo, cierra los ojos y simplemente permanece así. *(A Sophie)* Ahora échate tú a su lado, también de espaldas, dejando una pequeña distancia y con la cabeza aproximadamente a la misma altura que la de ella. Ahora imagínate que te encuentras, de niña, al lado de tu madre enferma mirándola con amor. ¡Mírala! ¡Respira profundamente, deja la boca abierta! La estás viendo en su enfermedad. ¡Mírala con amor! *(Sophie respira fuertemente, sintiendo su dolor y llorando con los ojos abiertos)* ¡Con amor! ¿Cómo le decías a tu madre?

SOPHIE Mami.

HELLINGER Di: «¡Querida mami!»

SOPHIE ¡Querida mami!

HELLINGER «¡Querida mami!» ¡Con todo el amor! Dilo con todo el amor: «¡Querida mami!»

SOPHIE ¡Querida mami!

HELLINGER Dilo muy tranquilamente.

SOPHIE ¡Querida mami!

HELLINGER Y dile: «¡Querida mami, bendíceme!»

SOPHIE ¡Querida mami, bendíceme!

HELLINGER *(Al cabo de unos instantes, al cesar el dolor)* Ya está. *(Al grupo)* ¿Veis lo radiante que está? ¡Muy bien! Así se hace en psicoterapia. El método básico es llegar a la solución mediante el amor. Una vez que se ha llegado al amor, se puede seguir trabajando.

La felicidad secreta

HARTMUT ¿Dónde situarías mi nivel emocional básico?

(Risas en el grupo).

HELLINGER Curiosamente, más bien en el lado positivo.

HARTMUT Me sorprende, pero también me alegra.

HELLINGER Cada cual sabe inmediatamente dónde se encuentra su nivel emocional básico. Puede deducirlo de su estado emocional.

HARTMUT Me veo como una persona muy melancólica, y pensaba que la melancolía conduce a la persona hacia el lado negativo.

HELLINGER La melancolía protege una felicidad secreta.

HARTMUT *(Riendo)* Bien. He aprendido mucho y me siento agradecido. También percibo las ondas de este ambiente como curativas. Es la primera vez que participo en un curso así, y quisiera decir algo que ha sido absolutamente nuevo para mí y me ha ayudado inmediatamente.

HELLINGER De acuerdo.

El otro saber

HARTMUT Ha sido nuevo para mí descubrir que existe un saber directo, o un conocimiento directo y espontáneo, del que disponemos sin que nos haya sido transmitido verbalmente. Ha sido nuevo para mí pensar que existía un saber de este tipo. Pero me ha parecido evidente inmediatamente; de lo contrario, todo lo que has dicho y configurado, y que se contradecía tan fuertemente con la realidad externa de la familia, me habría parecido paradójico o, al menos, hipotético. Este ha sido el punto número uno. Punto número dos. Durante decenios yo parecía un mensajero loco que, poco antes de entregar su mensaje, se desmaya, intentando intermediar entre diferentes miembros de mi familia y descuidando mis propios asuntos. Una y otra vez invertía muchas energías en lograr una reconciliación, o en restablecer un orden que –como veo ahora– no existía como tal, o no era fundamental. Por primera vez, gracias a ti y al trabajo en este grupo, he aprendido que existe la posibilidad de dirigirme a mi padre sin ningún enfrentamiento personal. Antes estaba muy resentido con él, porque siempre había evitado el enfrentamiento conmigo. Durante toda mi vida no hubo ni una sola frase de orientación de su parte. Por mucho que yo lo provocara, él tenía un alma impermeable, y así estaba resentido con él. Ahora, por primera vez, veo una posibilidad de encontrar una salida con él, aunque ya murió hace cinco años. Es un gran alivio saber que no tengo que renunciar a él para siempre, porque con toda seguridad soy la persona que más se esforzó por él y

de la que él, al mismo tiempo, más se retiró. Lo tercero –y aquí aún no he llegado al final– es que me estoy reconciliando con el hecho de no haber empleado en mi vida ni las agresiones, ni la rabia, ni toda esa clase de manifestaciones; y que he perdido mucho al no luchar por ello. Pensaba que aún tenía que recuperar esos sentimientos, volviéndome agresivo de alguna manera, o luchando, y ahora veo, aunque aún no con toda claridad, una manera interior de sacar la fuerza y la energía atadas por ese esfuerzo de represión.

Dar sin tomar

HELLINGER Frecuentemente, la rabia es un camino para aproximarse al otro sin amor y, por tanto, la manera más fácil de acercarse. El acercarse con amor, una vez que alcanza su meta, es mucho más exigente que el aproximarse con rabia.

HARTMUT Actualmente, muchas personas que son importantes para mí me dicen: «Nos aplastas, nos importunas con tu amor; ni siquiera nos das la oportunidad de esperar tu amor, de exigirlo».

HELLINGER Sobre todo, no tomas. Quien da sin tomar le dice al otro: «Antes que sentirme en deuda yo, prefiero que te sientas en deuda tú». Entonces el otro se enfada, y con razón. ¿Has oído hablar alguna vez de un tal Vicente de Paul?

HARTMUT Solo oído, pero no estudiado.

HELLINGER Era un santo de París, un experto en caridad, en el buen sentido. Una vez le confió a un amigo un secreto de su experiencia de vida. Le dijo: *«Cuando pretendan ayudarte, ¡vigila!»*

HARTMUT Es esta desconfianza la que experimento y por la que sufro.

HELLINGER Con razón. Te diré algo, un aforismo: «Algunos auxiliadores se asemejan a un escarabajo pelotero que piensa que con sus patas traseras mueve el mundo».

(Risas en el grupo).

Una nueva perspectiva

ROBERT Ayer me fue de gran ayuda que me dijeras que aún era demasiado pronto para tomar todas aquellas decisiones; me hizo recobrar la serenidad. Además, noto que, desde anteayer, han desaparecido el enfado y la rabia contra mi mujer; aunque los busque, no los encuentro en ninguna parte. *(Se ríe)*.

HELLINGER ¡Terrible!

ROBERT Sí, una perspectiva absolutamente nueva. Aún no sé lo que saldrá de aquí. De momento, esperaré. Pero, por lo demás, me encuentro bien.

Ideal vano de una relación

JOHANN Estoy interiormente intranquilo, algo nervioso, y me empiezan a sudar las manos. Ayer estuve todo el día como trastornado, medio ausente hasta la tarde. De alguna manera, hubo muchas cosas que me irritaron. Noto que aún estoy un poco desorientado. Muchas cosas empiezan a tambalearse. También todas estas historias del guion familiar, las constelaciones; me doy cuenta de que simplemente no lo entiendo. Y mis ideales de la pareja y de las relaciones en general se van quebrando. Hay varias cosas que despiertan mi interés, también lo que Hartmut acaba de decir. Yo también tengo la sensación de que doy muchísimo amor y, al mismo tiempo, me cuesta mucho aceptar algo de los demás. Quiero llegar al prado verde, pero, al mismo tiempo, me da miedo.

Dar y tomar en una relación de pareja

HELLINGER Quien toma es humilde. Debe frenarse y renunciar a un poco de su fuerza. Solo entonces el otro puede darle, no antes. Pero la persona también recibe fuerza, y por esta, a su vez, da. Eso, por una parte, es humilde, pero, por otra parte, ambos miembros de la pareja siempre permanecen en un mismo nivel. En la relación de pareja, el hombre tiene algo que a la mujer le falta, y la mujer tiene algo que al hombre le falta. Son iguales tanto en su capacidad de dar como en su necesidad de recibir. En este nivel, existe una absoluta igualdad entre ellos. De la misma manera que la igualdad está claramente establecida en este nivel, así también debe funcionar en otros niveles. En cuanto en una relación uno da más que el otro, y este toma más que el primero, la pareja fracasa. Por tanto, en terapia de pareja, la primera medida consiste en descubrir quién da más o quién toma más, para después restablecer el equilibrio entre el dar y el tomar. De todos modos, cada uno sabe inmediatamente si da más o si toma más.

JOHANN Tengo la idea de que de esta manera me encuentro totalmente expuesto al otro.

HELLINGER Este es el miedo. Porque te exige confiar en el otro. De ahí también resulta que solo debo darle al otro tanto como este pueda o quiera devolver. Si lo abrumo dando, el otro se ve obligado a marcharse. *No debo darle más de lo que él quiera o pueda devolverme.* Así, de antemano se establece hasta qué punto puede llegar el dar. Toda

relación comienza con una renuncia obligada, puesto que la medida del dar y del tomar es limitada; es limitada en cualquier relación. Algunos buscan una relación en la que no exista esta limitación. Esa relación, sin embargo, no existe. Quien se desprende de esta ilusión, se mentaliza para una relación modesta, pero esta, justo por renunciar a grandes pretensiones, acaba siendo feliz.

JOHANN Lo que me acabas de decir es lo mismo que me dijo mi pareja.

HELLINGER ¡Ves!

JOHANN Me resulta comprensible.

HELLINGER ¿Sabes cuál es la mejor manera de manejar el tomar y el dar en una relación de pareja? *Pidiéndole algo concreto al otro.* Es decir, no se le dice «Por favor, quiéreme más», eso no es concreto; sino «Por favor, quédate media hora conmigo y hablemos». Así, al cabo de media hora, el otro sabe que ha cumplido el deseo. En cambio, si le dices «Quédate siempre conmigo», el otro nunca sabe cuándo ha cumplido tu deseo, por lo que acaba sintiéndose agobiado. Estos consejos son simples y sencillos.

JOHANN En la cabeza ya lo tengo claro.

HELLINGER De ahí va bajando.

Dejar que salga la presión

MARTHA Noto una presión muy fuerte en la cabeza. Tengo la sensación de que son lágrimas o miedo; no sé qué.

HELLINGER Trae aquí tu silla. *(Martha coge su silla y se sienta enfrente de Hellinger, cerca de él)* Ponte cómoda aquí. *(Martha se relaja y se ríe)* ¡Cierra los ojos! *(Le coge la cabeza tirándola suavemente hacia delante)* ¡Respira! *(Le pone la mano en la nuca, moviendo su cabeza suavemente de un lado para otro)* ¡Abrázame! *(Martha se abraza a Hellinger y se balancea suavemente hacia la derecha y la izquierda)* Abandónate al movimiento sea cual sea. Imagínate que el amor fluye, y hacia dónde fluye. ¡Con fuerza! *(Martha respira fuertemente)* ¡Espira con fuerza! ¡Más rápido! ¡Espira con fuerza! ¡Más rápido! *(El dolor brota de lleno y Martha llora con gran aflicción. Al cesar el dolor)* Ahora respira sin ruido. *(Martha respira más tranquilamente)* ¿Cómo te encuentras ahora?

MARTHA Bien. Sí, ahora todo está libre.

La cuestión religiosa

ROLF En relación a mis clientes estoy inseguro en un punto: una vez que se han aclarado, llegan a la cuestión religiosa. Aún no he visto a ninguno con el que no ocurriera así. Siempre procuraba contenerme, pero noto que en el fondo tendría que decir más.

HELLINGER No se llega a la cuestión religiosa.

ROLF Pero ¿hacia dónde deben encauzar sus energías? ¿Adónde dirigir su creatividad, la entrega?

HELLINGER *De la cuestión religiosa no sabemos nada.* Tus clientes topan con misterios; eso es diferente. Pero algunos esquivan el misterio queriendo saber. Así lo despojan de su fuerza. Pero, en realidad, el misterio se retira ante ellos.

Ayudar a los padres de hijos discapacitados, con respeto

KARL Hoy estoy pensando mucho en las personas con las que trabajo, y en la renuncia que realizan las personas a quienes les nace un hijo discapacitado. Antes, cuando has hablado de los ayudadores, también yo sentía cada vez más mi propia impotencia.

HELLINGER Siento el más alto respeto ante ti y ante tu trabajo. Muchos tienen la idea ilusoria de que la vida feliz es la grande. Pero eso no es cierto. En este desafío y en este encarar las exigencias de cuidar a niños discapacitados hay una grandeza y una riqueza que la supuesta vida feliz no puede alcanzar nunca. Para los padres de hijos discapacitados, este es un camino trazado al que no se pueden sustraer. Si guardas este respeto hacia ellos, sin compadecerlos por su suerte –¡y eso es importante!–, sino viendo que se trata de un reto para ellos y que tú les ayudas a arrostrarlo, entonces has cumplido bien tu servicio.

ROLF Estoy pensando en una cliente difícil y empiezo a notar una cierta empatía.

HELLINGER En relación a la compasión te diré un aforismo: *«La compasión requiere el valor de encarar todo el sufrimiento».*

La arrogancia y sus consecuencias

UTE Física e interiormente me encuentro bien. Tampoco siento ningún miedo ya. Pero en cuanto se tocan determinados temas, noto una opresión en el pecho. Ya no son dolores de corazón, pero hay una presión. Así, por ejemplo, con el tema de la culpa de los inocentes. En un primer lugar, afecta a mi madre, pero también me afecta a mí. En lo que se refiere al abuso de confianza por parte de mi padre, con la consecuencia del hijo no matrimonial, mi madre me insistía mucho en que ella se encontraba en una situación

extremadamente difícil con el niño enfermo. Decía que mi padre la había engañado y dejado en la estacada y que, si hubiera tenido la posibilidad, ella se habría marchado con los dos niños. Me pregunto si esta idea no me limita, porque, en el fondo, quisiera hacer una reverencia profunda.

HELLINGER El hijo no debe inmiscuirse en lo que es asunto de los padres. Cualquiera que sea la dicha o la desdicha entre ellos, el hijo no debe saberlo. Los padres tampoco deben decírselo al hijo. Si tu madre te lo dijo, debes olvidarlo. Y es posible olvidarse.

UTE ¿Sí?

HELLINGER Es una disciplina espiritual. *Es posible ejercitar el olvido* retirándose interiormente. De repente, ya no está. Entonces dejas a los padres en ese conflicto, mirándolos con cariño y tomando de ellos lo que ambos te dieron.

UTE Bueno, pues...

HELLINGER Aún te diré otra cosa: *solo los pecadores conocen la indulgencia.*

UTE ¿Indulgencia?

HELLINGER Indulgencia, sí. Los inocentes son duros.

UTE Hm, ahora lo entiendo.

HELLINGER Inocencia y culpa no son lo mismo que «bueno» y «malo». Frecuentemente es más bien al revés.

UTE Me doy cuenta de que he sido dura durante muchos años de mi vida; sobre todo, he sido dura en el momento de juzgar, y también en el momento de decidir lo que era justo o injusto.

HELLINGER ¡No describas tanto, si no, vuelves a caer en lo mismo!

UTE De acuerdo. Este fue el primer tema. El segundo, que surgió por Klara, es este: tres meses después de la muerte de mi padre tuve un grave accidente de tráfico. Entre otras cosas tuve una fractura de la base del cráneo y tres o cuatro vértebras rotas. Desde entonces...

HELLINGER Ya me basta. ¿Cuál es la dinámica?

UTE He llegado a pensar en el accidente y en la alusión a la tumba, porque después aún tuve varios accidentes más, y sigo tendiendo a sufrir accidentes.

HELLINGER ¿Sabes cuál es la correlación?

UTE Yo lo interpreté como si hubiera querido crear una solidaridad con mi padre, declarándome leal con él.

HELLINGER Por una parte. Por otra parte, estos hechos aparecen como expiación de una arrogación, de la arrogación de saber lo que hubo entre los padres. Cuando una persona atenta contra el orden de origen, es decir, cuando un hijo se arroga el derecho de querer saber lo que hay entre los padres, y de juzgarlo, se pone por encima de los padres. Donde

quiera que aparezcan procesos trágicos en un sistema, accidentes graves, suicidios u otros sucesos similares, se trata de las consecuencias de una transgresión de este orden. En un caso así, una persona pospuesta se arroga el lugar de una persona antepuesta. En consecuencia, y sin que la persona sea consciente de ello, reacciona con *la necesidad de fracasar, de sufrir la desdicha y la ruina.* La solución es que te retires y que des las gracias de que, de alguna manera, aún saliera bien, de que puedas aprender de ello y, después, arreglarlo.

UTE Noto que quiero asimilarlo, pero me encuentro como en una nube. Ni siquiera te veo.

HELLINGER No importa. Si no lo comprendes, tampoco puedes estar en contra. Así llega hondo sin encontrar barreras.

UTE Pensando en los accidentes, surge una sensación que no puedo describir. Es realmente difusa. Y es ardiente. Tuve que pensar en que el hermano de mi padre, por agotamiento, se murió en un accidente a los 54 años. Yo también me encuentro agotada muchas veces. No tengo ningún sentimiento al respecto, pero noto cómo me va subiendo un calor desagradable.

HELLINGER Ya conté una vez la historia del *esquimal,* ¿te acuerdas? Se fue al Caribe a pasar unas vacaciones, y al cabo de 15 días se había acostumbrado. ¿A qué se había acostumbrado?

UTE Al calor. De acuerdo, comprendido.

La mitad del camino

FRANK Aún me ocupa la constelación de ayer por la tarde. Hay algo en mi papel que aún no comprendo del todo.

HELLINGER No se puede comprender. Solo puedes ver el efecto y ves una solución. Si sigues buscando, finalmente crees que has encontrado todas las causas, pero solo lo crees, ya que, al final, todas estas causas se pierden en las tinieblas. Todo lo que necesitas para la solución ya lo has visto. Si sigues investigando, vuelves a perder la solución. El saber bueno apunta a una realización. En cuanto pretendo saber más de lo que el acto concreto requiere, el saber se vuelve destructivo, sustituyendo el actuar.

FRANK En el fondo, mi pregunta es esta: si esta constelación es cierta, ¿sería bueno que los hijos vinieran a vivir conmigo?

HELLINGER Desde luego que es bueno.

FRANK Eso se contradice con lo que veo actualmente, porque parece que están felices con la madre.

HELLINGER Naturalmente. Porque tu mujer es una buena madre. Por tanto, no necesitas decidir nada ahora. Ahora solo tienes que llevar en tu interior la imagen de que es bueno, y después dejas que la imagen trabaje por ti.

FRANK Es decir, así está bien.

HELLINGER La imagen lo hace por ti. Tú esperas hasta que la imagen desarrolle su efecto, ¿de acuerdo?

FRANK A medias.

HELLINGER ¿Quieres decir que es medio camino hacia la felicidad?

FRANK La mitad del camino.

La segunda mujer

HELLINGER Aún quisiera decirte algo en relación a la constelación de Frank que has mencionado. Si la imagen se realizara de la manera que acabamos de ver aquí, para ti rige el siguiente principio: en lo que a los hijos de Frank se refiere, tú no tienes ni derechos ni obligaciones. Eso es enteramente asunto de Frank y de su primera mujer.

DAGMAR Absolutamente de acuerdo.

HELLINGER Tan solo eres la mujer de Frank, y nada más. Así, también puedes decirles a sus hijos: «Yo solo soy la mujer de Frank; todo lo demás lo arreglan él y vuestra madre». En consecuencia, si eres amable con ellos, él te debe algo, porque haces algo a lo que no estás obligada.

DAGMAR Soy amable con sus hijos.

HELLINGER Uno también es amable con otras personas; no se trata de eso. Me refiero a que hagas algo especial por ellos, por ejemplo, cocinar para ellos cuando visiten vuestra casa. Eso merece ser valorado especialmente. Frank debe reconocer que haces algo especial. Naturalmente, también entra en juego el amor hacia Frank; pero es algo especial, y él debe valorarlo.

DAGMAR Les hice regalos, fui amable en Navidades...

HELLINGER Eso es demasiado. De esta manera ocupas el lugar de la madre; no debes hacer eso. Solo debes ser amable de una manera muy general; a la segunda mujer se le recomienda la máxima discreción. Frank hace lo que haya que hacer por los hijos. Tú lo apoyarás, pero manteniéndote en un segundo plano. Eso es lo que hay que tener en cuenta. Aún existe otro aspecto más que es necesario tener en cuenta en una segunda relación. *También en este caso rige el orden de origen.* En un primer matrimonio, siempre se encuentra en un primer lugar la relación entre el hombre y la mujer; esta tiene prioridad sobre todo lo demás. Cuando la pareja tiene hijos, frecuentemente la

preocupación por los hijos cobra prioridad sobre el amor de los cónyuges, lo cual representa un trastorno del orden. Los hijos lo viven como un agobio. En un caso así, hay que restablecer el orden. La relación entre el hombre y la mujer tiene prioridad sobre la preocupación por los hijos. Es fatal cuando los padres se sacrifican por los hijos. Eso debe estar claro para todos. En cambio, cuando el hombre ya tiene hijos de una primera relación, como en vuestro caso, en primer lugar es padre de sus hijos, y solo en un segundo lugar es tu marido. O sea, que aquí la solicitud por los hijos y el amor hacia ellos tienen prioridad sobre el amor hacia ti. Y tú tienes que reconocerlo. Si hubiera un conflicto en este punto, es decir, si dijeras «Primero voy yo y después van tus hijos», este sería un atentado contra el orden, con consecuencias fatales para vuestra relación.

DAGMAR Es una buena advertencia.

HELLINGER ¿Algo más?

Lo que calma los dolores de cabeza

ULLA Me encuentro mal. Esta mañana he tenido un dolor de cabeza tan fuerte que no he podido venir antes.

HELLINGER ¿Cómo eran los dolores?

ULLA Eran en la parte posterior de la cabeza y en la nuca. No parecía que tuviesen que ver con un resfriado.

HELLINGER ¿Sabes lo que significan los dolores de cabeza? Amor contenido. ¿Dónde tiene que ir el amor? *(Ulla suspira profundamente)* ¡Espirar! Ya tienes un camino para hacerlo fluir; mirar amablemente es otro camino. ¡Sí, mírame amablemente! ¡Buenos días!

ULLA ¡Buenos días!

HELLINGER Otro camino es dejar que el amor salga a través de las manos. ¡Abre las manos hacia arriba! ¡Exacto, así! También así puede fluir. Espirando, mirando con amabilidad, y a través de las manos.

ULLA Muchas veces tengo la sensación de que no quiero lo suficiente a mi marido.

HELLINGER Sí, es cierto, no lo haces.

ULLA ¿Y eso desaparece poniéndome a su lado conscientemente?

HELLINGER Exacto.

ULLA Pero no fluye por sí solo, sino que una y otra vez tengo que hacerlo conscientemente.

HELLINGER No importa. Lo importante es que haga efecto. ¿Y al lado de quién tienes que

ponerte además? Después, en la pausa, puedes preguntárselo a Sophie. Ella te contará de quién se trata y cómo se hace. ¿Algo más?

ULLA Más tarde.

Honrar al padre y, con él, a Dios

HELLINGER ¿Aún hay algo que añadir?

HARTMUT Sí. He estado como electrizado cuando Ute ha contado la historia de sus padres y tú has dicho que esa intromisión y esa arrogación se compensan a través del deseo de ser aniquilado. De pronto se me aclaran muchas cosas. Desde que cumplí 13 años y durante toda mi adolescencia, mi madre se pasó noches enteras informándome sobre mi padre de una manera infame y negativa, sin que yo pudiera evitarlo. Eso seguramente perturbó la relación con mi padre. Después, la única relación con mi padre fue la risa homérica. Acabo de acordarme ahora. Solo estaba de acuerdo con mi padre cuando, en algún chiste estúpido, nos poníamos a reír al mismo tiempo. Nunca más me reí así con otra persona.

HELLINGER ¿Qué es exactamente la risa homérica?

HARTMUT Es una especie de... En el fondo, no llegué a saberlo exactamente. *(Risas en el grupo)* En todo caso, nunca me reí así con nadie más.[4] Quizá tenga que ver con este conocer los secretos de los padres el que muchas veces corriera riesgos muy altos. Así, por ejemplo, arriesgué cantidades importantes de dinero...

HELLINGER No, no, no. *Toda descripción refuerza el problema.* Hay que interrumpir inmediatamente una vez que se haya dicho lo fundamental.

HARTMUT De acuerdo.

HELLINGER ¿Y cuál es la solución ahora?

HARTMUT El ejercicio espiritual del olvido.

HELLINGER Para ti, el ejercicio consiste en inclinarte ante el padre. ¡Y ves a Dios tras él!

Rechazar la descarga

JAN Quisiera hacer una pregunta. Cuando, en una relación, uno ha ofendido gravemente al otro y este se niega a darle al primero la posibilidad de reconciliarse a través de una conversación, diciendo «No, ya no quiero tener nada que ver contigo», ¿qué puede hacer el primero?

HELLINGER Nada. ¿Qué podría hacer? Tiene que asumir las consecuencias de su comportamiento. Entonces vuelve a estar libre. De lo contrario, significaría que yo cometo una injusticia con el otro y después este aun tendría que preocuparse de que yo vuelva a encontrarme bien. Eso es imposible.
(Aquí termina la ronda.)

La hija más joven está identificada con la madre de la madre

RUTH Me quedé enganchada en la frase de que la melancolía protege la felicidad secreta. Pero ahora estoy harta y quisiera configurar a mi familia de origen y ocupar mi lugar en ella. Tengo la impresión de que...
HELLINGER No necesitas contarlo. Quieres hacerlo y, por tanto, lo hacemos. ¿Quiénes forman parte de tu familia de origen?
RUTH Mi padre, mi madre, mis hermanas gemelas y yo. La mayor de mis hermanas gemelas murió cuatro semanas después de nacer.
HELLINGER ¿Qué pasó?
RUTH Fueron prematuras. Estuvieron un buen tiempo en la clínica. Después, la madre pudo traer a la más joven a casa. La mayor se quedó en la clínica y allí murió.
HELLINGER ¿Aún hay otras personas que forman parte del núcleo familiar?
RUTH La hermana de mi padre murió de parto y, algo más tarde, un hermano de mi padre se ahorcó.
HELLINGER ¿Sucedió algo especial con los padres de tu padre?
RUTH Se dice que, después del suicidio del hijo, hubo graves reproches mutuos por la desgracia.
HELLINGER Eso sirve para evitar el dolor y la aflicción. De acuerdo, ahora configura a tu familia. *(Ruth coloca a los padres juntos, la madres a la izquierda del padre. A su propia representante la posiciona enfrente de los padres, a una cierta distancia de ellos. Las hermanas gemelas se encuentran entre la madre y Ruth, como si no formaran parte)* ¿Hubo reproches entre tus padres por la muerte del bebé?
RUTH Sí. Culparon a la clínica, pero también mi madre se hizo reproches a sí misma. Le dijeron que sería más fácil llevarse primero un bebé a casa para que fuera acostumbrándose. También hay reproches contra mi padre, que yo comparto. Pienso que si él hubiera impuesto su autoridad en casa, mi madre habría sacado también a la otra niña.
HELLINGER ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE En un primer momento, me encontraba muy bien con mi mujer. Tenía un buen contacto. Pero cuando se pusieron mis hijas aquí al lado, el contacto fue desapareciendo. Ahora noto un distanciamiento. A mi derecha noto un vacío; falta algo aquí. Mi hija menor, delante de mí, parece una maestra que me recrimina algo y pretende corregirme.

MADRE Ante mi hija menor me siento como en el banquillo. Tiene la mirada muy severa y enfadada, es una mirada acusatoria.

PRIMERA HERMANA GEMELA † Me duele mucho el hombro izquierdo. Es lo único que siento: que me duele el hombro y que el brazo izquierdo se me hace cada vez más pesado.

SEGUNDA HERMANA GEMELA Tuve un auténtico escalofrío cuando mi hermana menor se puso aquí enfrente; una auténtica rabia. Me sentí agredida. Esa sensación solo cesó cuando miré a otra persona. Noto que necesito a mi hermana gemela como apoyo. Ella es importantísima para mí. Mis padres están muy lejos.

HELLINGER *(A la representante de Ruth)* ¿Cómo se encuentra la hermana menor?

TERCERA HIJA En un principio pensaba que tenía que subir los ánimos en la familia, y después se me ocurrió que debía enseñarles a mis padres cómo pueden encontrarse bien el uno con el otro. *(Se ríe)*.

HELLINGER Esta es una identificación. Ella adopta el papel de otra persona anterior. La pregunta es: ¿de quién podría tratarse? *(A Ruth)* ¿Qué sucedió en la familia de tu madre?

RUTH La madre de mi madre es la más joven de cuatro hijos. Sus tres hermanos mayores murieron de una enfermedad infantil en un plazo de quince días, cuando ella aún era muy pequeña. Ella fue la única que sobrevivió.

HELLINGER Con ella estás identificada. De ella has adoptado la melancolía y la sensación de ser responsable de que los padres se encuentren bien. *(A la hermana gemela muerta)* Ahora siéntate delante de los padres y apóyate en ellos. ¿Qué tal de este modo?

PRIMERA HERMANA GEMELA † Mucho más agradable. Los dolores en el hombro se van calmando.

(Hellinger pone a la hermana gemela viva a la derecha de la representante de Ruth).

HELLINGER ¿Qué tal así para los padres?

PADRE Está bien así. Hay un buen contacto con mi mujer. Las hijas están presentes. La imagen es equilibrada.

MADRE Bien.

HELLINGER *(A los padres)* Poned cada uno una mano en la cabeza de la hija muerta, como si la bendijerais con amor. ¿Qué ocurre ahora con la hermana menor?

TERCERA HIJA Fue un alivio inmediato cuando se me puso a un mismo nivel con mi hermana.

SEGUNDA HERMANA GEMELA Fue terrible cuando me apartaste de mi hermana

gemela. La echo de menos. Pero puedo acostumbrarme a este lugar. Cuanto más tiempo estoy aquí, tanto mejor me encuentro.

PRIMERA HERMANA GEMELA † Está bien.

HELLINGER Cuando hayas tomado bastante de los padres, puedes ponerte al lado de tu hermana. *(Coloca a la gemela muerta a la derecha de su gemela viva)* ¿Qué tal ahora?

PRIMERA HERMANA GEMELA † Está bien así.

TERCERA HIJA Está bien. Naturalmente pierdo importancia con todo esto. *(Las tres hermanas se ríen)*.

PADRE Está bien.

MADRE Sí, bien.

HELLINGER *(A Ruth)* ¿Quieres ponerte tú misma en tu lugar? *(Ruth ocupa su lugar y mira a su alrededor. Después, Hellinger introduce también a la madre de la madre en el lado de esta, y, en el lado del padre, a la hermana de este, que murió de parto, y a su hermano, que se ahorcó. A Ruth)* ¿Qué tal para ti ahora que la abuela está allí? Tienes que ver a sus tres hermanos muertos a su lado, aunque no los haya introducido aquí.

RUTH Mientras esté en ese lugar, está bien. Si se pone más cerca, se hace demasiado triste.

HELLINGER ¿Qué tal la abuela?

MADRE DE LA MADRE Bien.

HELLINGER Este es un lugar honroso. *(Al padre)* ¿Qué tal el padre si sus hermanos muertos están allí?

PADRE Bien. Se acaba de llenar el vacío.

RUTH Para mí está bien así.

HELLINGER De acuerdo, ya está.

Heredar con y sin precio

RUTH Heredé algunas piezas de cubertería de la hermana muerta de mi padre. Tenemos las mismas iniciales.

HELLINGER Tienes que devolverlas.

RUTH ¿Y cómo lo hago?

HELLINGER No sé quién entra en cuestión. Pero tienes que devolverlas. ¿Lo comprendes?

RUTH Sí.

HELLINGER De lo contrario, sacas provecho de su desgracia, y eso no puede ser; tendría consecuencias fatales.

REPRESENTANTE DE LA MADRE Antes de que dijeras aquello de devolver la cubertería, notaba una presión en el pecho. En el momento que ella asintió, la presión desapareció.

RUTH Veo las cucharas de plata delante de mí. ¡Es curioso el valor tan grande que tienen para mí! Realmente tienen un significado muy especial. *(Se ríe)*.

HELLINGER ¿Sabes cómo se llama eso? Amor a la desgracia.

FRANK En relación a este desprendimiento me viene a la mente un anillo de rubíes que tengo de mi padrino, mi tío homosexual.

HELLINGER Este sí lo guardaría.

FRANK No lo llevo nunca. Solo lo tengo en el cajón de mi escritorio.

HELLINGER De acuerdo, pero lo tienes. Yo valoraría ese anillo.

FRANK ¿Simplemente debo dejarlo donde está?

HELLINGER Exacto. No hay reglas fijas al respecto, pero se nota en seguida si es bueno o no. *Estas cosas están impregnadas de algo que actúa.* Toman parte en la vida; no son simplemente objetos sin vida, objetos muertos. Es un hecho que hay que tener en cuenta. *(A Ruth)* Hay que regalar estas cucharas de plata a alguien más cercano.

RUTH Aún no se me ocurre nadie.

HELLINGER De acuerdo, simplemente lleva la imagen en tu interior.

WILHELM Aún tengo una pregunta al respecto. Dijiste que Ruth debería devolver la herencia o desprenderse de ella. ¿Qué ocurre a la inversa? ¿Existe también un derecho sobre una herencia, de manera que la persona tenga que aceptarla o incluso reclamarla?

HELLINGER A veces existe la obligación de hacerse cargo de algo.

WILHELM Es decir, ¿de aceptar algo si se recibe en herencia?

HELLINGER No, no siempre. Pero a veces la lealtad exige, por ejemplo, que una persona se haga cargo de un negocio.

WILHELM ¿Que se haga cargo del negocio de sus padres?

HELLINGER Sí. Y quien rechaza esta responsabilidad, quizá fracase con lo que él mismo elija. Depende de las circunstancias.

WILHELM Aún tengo otra pregunta más concreta: ¿qué ocurre cuando los padres de dos hijos le dicen a uno «Tú no recibes nada» y al otro «Tú lo recibes todo»?

HELLINGER En un caso así, el hijo que lo recibe todo toma todo y, después, le da la mitad al otro. De esta manera, se hace justicia a todos.

WILHELM Esto responde enteramente a mi pregunta.

DAGMAR Yo también tengo una pregunta con relación a este tema. Pongamos por caso que una madre le deja a su hija una herencia, de manera que la hija probablemente se encuentre en dificultades inmensas ante las autoridades fiscales, y que incluso deba

devolver más de lo que recibe ¿es necesario que la hija acepte la herencia a pesar de todo?
HELLINGER Un hijo no tiene que hacerse cargo de las deudas de sus padres; eso pertenece al ámbito personal de los padres, y no al hijo.
DAGMAR O sea, que ya antes puede decidir no aceptar la herencia.
HELLINGER Es absolutamente libre de hacerlo. Sin embargo, tiene que hacerlo de manera que esté en paz con los padres. Por eso, puede decirles tranquilamente que lo hará, pero cuando se dé el caso no está obligada a hacerlo realmente. Asimismo, cuando la herencia implica otros agravantes, como por ejemplo una injusticia con otros, es mejor que el hijo se distancie. De lo contrario, se verá implicado en la fatalidad ajena.

Una ronda corta

A continuación, sigue una ronda corta. Su efecto es comparable al de una siesta después de una comida copiosa: le permite al grupo volver a la tranquilidad y recuperar fuerzas para el trabajo posterior. Uno tras otro, los participantes tienen la posibilidad de hablar de sus reacciones, hacer preguntas y trabajar lo que quedó pendiente. De esta manera, todos saben lo que preocupa a cada uno, reparan en lo que aún está pendiente y debe ser trabajado, tanto para el individuo como para el grupo, y ven lo que tiene prioridad o lo que aún debe esperar.

Sobre mis dos pies

ANNE Desde esta mañana tengo la sensación de que me resulta más fácil aguantarme sobre mis dos pies. Frecuentemente pongo todo el peso en un pie; el otro más bien sirve de apoyo. Con el consejo que me diste para la respiración me es más fácil respirar. Si lo hago de esta manera, puedo aguantarme sobre mis dos pies.

Huir de la plenitud

IDA Esta mañana, mientras Sophie estaba trabajando, me dije: «No puedo soportarlo, toda esta felicidad y esta desdicha». Sentía una gran necesidad de salir por la puerta, pero finalmente me quedé aquí.
HELLINGER La plenitud de la dicha unida a la desdicha es difícil de soportar.

IDA Es difícil de soportar.

HELLINGER Por eso, algunos se retiran y prefieren volverse depresivos. Eso resulta más cómodo. *La depresión es la vida más fácil*. ¡Mira a los ojos a la felicidad, como a un desafiador!

La plenitud y la sensación de estar completo

WILHELM Me encuentro bien. A lo largo de la mañana, me vino a la mente una idea curiosa: estuve pensando que, en el fondo, ya estaba bastante completo; ya no necesito tanto.

HELLINGER Exacto. Te diré algo de la sensación de estar completo y de dónde nace. La sensación de estar completo brota cuando cada uno que pertenece a mi sistema ha recibido su lugar en mi corazón. Este es el auténtico sentido de estar completo. Solo desde esta plenitud, la persona se halla libre de desarrollarse. Aunque solo falte uno de los que forman parte de su sistema, la persona se siente incompleta. *(A Claudia)* Supongo que para ti, Claudia, también será así; ahora te sientes completa, después de haberlos visto a todos delante de ti. *(Claudia asiente con la cabeza)* Exacto.

SOPHIE Me encuentro bien. Estoy presente en todo lo que ocurre aquí; un poco cansada, pero bien.

HELLINGER Algo así ya puede dejarte cansada. *(Sophie se ríe)*.

KLARA Noto que, desde que te hice aquella pregunta esta mañana y tú me respondiste, me siento tremendamente aliviada.

HELLINGER Ese llegar a la plenitud, ese llegar a estar completo, lo mostraste maravillosamente ayer. Bien. *(Al grupo)* Aún os contaré una historia sobre esta plenitud. Si os abandonáis a la historia, quizá, aun mientras estéis escuchando, se produzca lo que en ella se cuenta.

La fiesta

Alguien se pone en camino y, al mirar hacia adelante, a lo lejos distingue la casa que le pertenece. Sigue caminando hacia ella y, al llegar, abre la puerta y entra en una habitación preparada para una fiesta. A esta fiesta acuden todos los que han sido importantes en su vida; y todo el que asiste trae algo, se queda un tiempo y se va. Así pues, llegan a la fiesta, cada uno con un regalo que ya ha pagado por completo, sea como

fuere: la madre, el padre, los hermanos, un abuelo, una abuela, el otro abuelo, la otra abuela, los tíos y las tías; todos los que hicieron sitio por ti, todos los que te cuidaron, los vecinos quizá, amigos, maestros, parejas, hijos. Todos los que tuvieron importancia en tu vida y los que aún la tienen. Y cada uno que llega trae algo, se queda un poco y se va. Al igual que los pensamientos que llegan, traen algo, se quedan un poco y se van. Y al igual que vienen los deseos o el dolor. Todos traen algo, se quedan un poco y se van. Y también la vida: viene, nos trae algo, se queda un poco y se va. Después de la fiesta, la persona se encuentra colmada de regalos, y solo permanecen a su lado aquellos a quienes les corresponde quedarse aún un tiempo. Así, se acerca a la ventana y se asoma: allí ve otras casas, sabe que en su día también allí habrá una fiesta, y él irá, llevará algo, se quedará un poco y se irá. También nosotros nos encontramos aquí en una fiesta, trajimos algo y tomamos algo, aún nos quedamos un poco. Y nos vamos.

Querer y respetar

HARTMUT Siento mucha alegría por los demás, mucha más alegría que compasión. Al ver las soluciones, comienzo a sentir una inmensa alegría por los demás. Anteayer, cuando me fui, aún no había integrado a los familiares muertos que no llegué a conocer. Entre ellos también se encuentran los dos únicos hermanos de mi padre. Eran ocultistas y yo nunca hablaba de ellos. Eran un auténtico tabú. A la tía llegué a conocerla en su época espiritista, de médium automático, con todo tipo de síntomas de posesión. Al tío no lo conocí. Nadie lo mencionaba, excepto esa tía, y, según todos los relatos de testimonios, el tío...

HELLINGER No necesitamos los detalles. Es suficiente que sepas que forman parte de tu familia, y que les des un lugar digno. Acabas de hablar de manera muy despectiva de ellos.

HARTMUT ¿Se notaba? *(Risas en el grupo)*.

HELLINGER Eso no se puede esconder.

HARTMUT Mis sentimientos son en gran parte positivos. Yo quería a esa tía.

HELLINGER No es cuestión de querer, sino de respetar a las personas. Eso es mucho más.

Igual entre iguales

THEA Tengo la cabeza muy clara y es una sensación muy estimulante.

HELLINGER Cuando cede la inocencia, aparece la claridad.

THEA *(Se ríe)* Es posible. Se me han pasado muchas cosas por la cabeza. Me resulta muy importante la distinción entre «aceptar algo» y «respetarlo». Hasta ahora no hacía esta diferencia, pero ahora veo clarísimo que existe una diferencia y que, después de aceptar, el respetar es el paso siguiente. Así lo siento de momento.

HELLINGER Aquí no cabe el aceptar. Cuando aceptas algo, actúas como si tuvieras también la posibilidad de rechazar el hecho de que sea como es.

THEA En un principio estaba contenta de haber llegado hasta aquí.

HELLINGER No es suficiente, de ninguna manera.

THEA También lo he notado.

HELLINGER Lo fundamental es el asentimiento sin pena y sin segundas intenciones. *Respetar algo significa asentir a ello tal y como es*. Respetar a una persona supone tomarla tal como es, asentir a su destino y sus implicaciones tal como son. Esta actitud es muy humilde y mantiene las distancias. Pero justo en esa distancia se hallan la solicitud auténtica y una fuerza que actúa silenciosamente. Solo quien está en sintonía con el destino recibe de él, a veces, la fuerza de cambiarlo.

THEA Sí, creo que este es un punto importante. Mezclo con demasiada facilidad mi propio destino con el de otros...

HELLINGER La confesión de tus pecados no sirve de nada. Siempre que una persona se rebaja con una interpretación o un comentario de este tipo no hace más que perjudicarse. No he visto ningún caso en el que las consecuencias hayan sido positivas. De esta manera, dices: «¡Por favor, acéptame, porque soy tan pequeña!» El otro, sin embargo, se irrita, puesto que con esta actitud lo colocas en una posición superior, privándolo de la libertad de ser igual entre iguales.

Claridad reconciliadora

ROBERT Estoy muy impresionado de ver cómo, poco a poco, empiezan a notarse los efectos de lo que trabajé anteayer. Pienso en las imágenes que configuré: mi hija y mi hermana pequeña muerta detrás. Por lo visto, estuve muy dolido por su muerte, pasando por alto a otros y siendo injusto con ellos, especialmente con mi mujer. *(Se muestra muy conmocionado)*.

HELLINGER Tienes que decírselo. Eso reconcilia.

Mantenerse alerta

CLAUDIA Sigo pensando en la nueva imagen de mi familia y, poco a poco, empiezo a comprender todo lo que implica.

HELLINGER Es algo que aún puede seguir actuando durante mucho tiempo.

CLAUDIA He mencionado lo del posible suicidio de mi madre porque durante una época creí que en algún momento se quitaría la vida. Ahora lo comprendo. Pienso que, de momento, dejaré que la imagen vaya actuando.

HELLINGER Cuéntaselo a tu madre. Enséñale la imagen y dile lo que ha supuesto para todos el que su hermano estuviera a su lado. ¿No le querías llevar un regalo de cumpleaños de este curso?

CLAUDIA *(Se ríe)* Ayer pensé que lo mejor era no ir a verla.

HELLINGER Ya lo has estropeado, ¿te das cuenta?

CLAUDIA Intenté estropearlo.

HELLINGER Lo has estropeado y ya no se puede recuperar. Algunos piensan que, una vez realizado un acto, serán libres. Una vez realizado un acto, nadie es libre. Antes se es libre.

Contenerse: alerta y con fuerza

LEO Me siento algo más perteneciente. En lo que a mi casa se refiere, tengo curiosidad por ver lo que haré.

HELLINGER Debes ser curioso y dejarte sorprender por lo que cambia por sí solo, sin que intervengas directamente y sin tu intención. Eso requiere una gran fuerza, la fuerza de contenerse. Y la fuerza que a ti te exige el contenerte les llega a los demás.

FRANK En mi interior se mueven bastantes cosas, y es una buena imagen para mí simplemente esperar hasta que pase algo por sí solo; no apartarlo, sino aguantar.

HELLINGER Esperar encarándolo.

El alivio de permanecer en el presente

ULLA En mí hay un movimiento que va y viene entre la cabeza y las manos. Cuando me siento totalmente presente, mis manos están calientes y llenas de energía. Cuando pienso lo tonto que fue que no estuviera esta mañana, me empieza el dolor de cabeza.

HELLINGER Tienes que decir: «Fui tonta, y ahora cargo con las consecuencias». Así vuelve a funcionar.

(Ulla se ríe).

Centrarse en los gestos que se realizan interiormente

DAGMAR Estoy llena de impresiones. De momento, lo más importante para mí son los gestos que se realizan interiormente. Una y otra vez me encuentro inclinándome ante mi madre y reconociendo mi sistema de origen y a mi familia. Todo eso es muy positivo para mí. Lo que aún quisiera solucionar es más bien de carácter profesional. Me gustaría saber más acerca de cómo tratar a clientes que fueron víctimas de un abuso sexual; es decir, aquellos casos en los que se transgredieron los límites en este ámbito.

Incesto: ¿Cómo ayudar a las víctimas?

HELLINGER Frecuentemente, el abuso sexual de menores en un incesto es la consecuencia de un desequilibrio entre el dar y el tomar. Una constelación muy común es la de una mujer que ya estuvo casada anteriormente y tiene un hijo o una hija. Más tarde, se casa en segundas nupcias con un hombre que aún no tiene hijos, produciéndose así el desnivel correspondiente. El hombre debe cuidar de la niña o del niño, aunque no sea suyo; es decir, tiene que dar más de lo que recibe. Quizá la mujer incluso se lo exija expresamente, resultando aún mayor la diferencia entre el dar y el tomar, entre ganancia y pérdida. Así pues, en ese sistema se crea la necesidad irresistible de llegar a un equilibrio, y el camino más fácil es que la mujer le ofrezca al hombre su hija, si se trata de una niña, como compensación.[5] Muy frecuentemente, esta es la dinámica familiar de trasfondo en el incesto; aunque también existen casos con otras dinámicas. Aquí –de manera muy obvia en el caso de un desequilibrio entre el dar y el tomar, pero también en las demás formas de abuso sexual de menores–, *casi siempre se encuentran implicados ambos padres*, a saber, la madre, en un segundo plano, y el padre, en un primer plano, y mientras no se llegue a una visión de conjunto no hay solución. ¿Cuál sería, pues, la *solución*? Primeramente, parto del supuesto de que estoy tratando con la víctima y que mi interés debe ser el de ayudar a la víctima. Mi interés como terapeuta no puede ser el de perseguir a los perpetradores, ya que no le ayudaría en absoluto a la víctima. Cuando una mujer, por ejemplo, en un grupo, cuenta que sufrió abusos de su padre o de su padrastro, le digo que se imagine a su madre y que le diga: *«Mamá, por ti lo hago con gusto»*. De repente, hay otro contexto. Y le digo que se imagine al padre y que le diga: *«Papá, por mamá lo hago con gusto»*. De repente, la dinámica oculta sale a la luz y

nadie puede comportarse como antes. En caso de tratarse de una situación actual, es decir, si trato con uno de los padres, por ejemplo, con la madre, delante de su hija le digo a la madre: *«La hija lo hace por mamá»*. Y le pido a la hija que le diga a la madre: *«Por ti lo hago con gusto»*. En ese momento se acaba el incesto. Ya no puede seguir. Si también está presente el hombre, le pido a la hija que le diga: *«Lo hago por mamá, para compensar»*. Entonces, la hija se percibe como buena y sabe que es buena. Ya no necesita sentirse culpable. Un segundo aspecto de la solución consiste en *ayudar a la hija a recuperar su dignidad*, ya que vive el incesto como una deshonra. Para este fin le cuento una pequeña historia de un tal Johann Wolfgang.[6] Este escribió el poema «La rosa en el zarzal», que termina con estas palabras: «Arrancó el chico salvaje la rosita del zarzal. Defendiéndose ella, lo pinchó; de nada le vale llorar, ahora tendrá que sufrir. Rosita, rosita roja, rosita en el zarzal». Y después le confío un secreto: ¡La rosita aún desprende olor! Tercero: para muchos niños, *la vivencia también es de placer*. Sin embargo, no pueden fiarse de esta percepción de que fue o es placentero, ya que en la conciencia, sobre todo por parte de la madre, se les dice que es malo. En consecuencia, se sienten confundidos. *La niña debe tener la posibilidad de admitir que fue placentero si realmente fue así*. Al mismo tiempo necesita la seguridad de que, aunque fuera placentero, *ella siempre es inocente.* Si se condena el placer, la sexualidad aparece bajo un aspecto extraño, como si fuera algo horrible. En realidad, el incesto solo anticipa una experiencia necesaria. Dicho de una manera más frívola: algo que forma parte del desarrollo humano llega demasiado pronto para la niña. Si le transmito eso a la víctima, la alivio. Un cuarto punto es la imagen de que la niña se verá frenada en su desarrollo posterior. Así es. La niña está cohibida en su desarrollo porque a través de la sexualidad –en este caso no cabe hablar de «consumación», eso iría demasiado lejos, pero sí de una «experiencia sexual»–, *se crea un vínculo entre la niña y el abusador*. Por tanto, más tarde, esta chica no puede tener ninguna nueva pareja sin antes reconocer y valorar ese primer vínculo. Si la experiencia es condenada y el abusador perseguido, la niña lo tiene difícil. En cambio, pudiendo reconocer abiertamente ese primer vínculo, lo integra en la nueva relación. Así, aquella experiencia queda guardada y resuelta. Tratando este tema con indignación, se evita la solución y se perjudica a la víctima.

CLAUDIA Y si no fue placentero ni bonito para la niña, ¿cómo afecta eso al vínculo?

HELLINGER El vínculo se crea a pesar de todo. Pero, en todo caso, fuera una experiencia placentera o de dolor, la niña tiene el derecho de estar enojada con el abusador, ya que, sean cuales fueran las circunstancias, se comete una injusticia con ella. Así pues, debe decirle al abusador: *«Me trataste injustamente y no te lo perdonaré nunca»*. En ese momento pasa la culpa al abusador, se distancia y se retira. Sin embargo, no necesita ser un enojo apasionado, que le reproche lo pasado. Las emociones fuertes aún la atarían más al abusador. El distanciamiento claro, en cambio, la hace libre. Ni la lucha ni los

reproches pueden llevar a la solución. En cualquier contexto, una solución auténtica siempre encierra también el desapego, el alejarse de algo o de alguien. A través de la lucha no puede encontrarse la solución, ya que la lucha une a las personas. «Solución» es una palabra de doble sentido; la solución siempre significa distanciarse de... En la lucha no hay solución, ya que la lucha ata. Aún hay otro aspecto fundamental desde el punto de vista sistémico. *Sistémicamente, el terapeuta siempre debe aliarse con la persona condenada;* es decir, en cuanto trabajes con este asunto, tienes que darle al abusador un lugar en tu corazón.

DAGMAR ¿En el mío?

HELLINGER Sí, en tu corazón. De lo contrario, no puedes encontrar ninguna solución, tampoco para la víctima. Debes partir de la base de que el abusador está implicado sistémicamente. No sabes cómo, pero, si vieras las implicaciones, lo comprenderías. De este modo tienes otro acceso para manejarlo. Aproximadamente es eso. ¿Lo he dejado claro?

JOHANN Me extraña que la niña o la víctima no perdone al abusador. ¿A pesar de todo, puede distanciarse?

HELLINGER *Perdonar es un acto arrogante,* que no le corresponde a una hija. Si perdona, es como si también pudiera tomar sobre sí la culpa. Ninguna persona debe perdonar, excepto en caso de una culpa mutua. En ese caso, a través del perdón, las personas se permiten comenzar de nuevo. La niña sin embargo, debe decir: *«Fue muy grave. Te dejo a ti con las consecuencias y, a pesar de todo, hago algo bueno de mi vida».* Si, más tarde, la niña, a pesar de haber sufrido un abuso sexual, llega a vivir una relación de pareja feliz, también supondrá un alivio y una descarga para el abusador. Si, por el contrario, la víctima no se permite que las cosas le vayan bien, también se venga, al mismo tiempo, del abusador. En el fondo, las cosas son totalmente diferentes que en la superficie.

CLAUDIA En muchos casos, cuando el abuso supuso mucho placer para la niña, esta se dirige de la misma manera también a otros adultos, recibiendo así cada vez más impactos y desencadenando toda una avalancha de «eso no puede ser» y de «eso es malo».

HELLINGER Cuando la niña se acerca de esta manera a otros adultos, con ello les dice a los padres: «Soy una fulana, y yo misma tengo la culpa del abuso; vosotros no tenéis por qué tener ninguna mala conciencia». Es nuevamente el amor de la hija el que se expresa en ese comportamiento. Si así se lo explico a la hija, también en este contexto se sabe buena. *Siempre hay que buscar el amor.* Una vez llegado al amor, también se encuentra la solución.

DAGMAR Donde yo no noto en absoluto este amor es en los casos de *pornografía infantil.*

HELLINGER Este tipo de objeciones te impide el acceso.

DAGMAR No entiendo lo que quieres decir.

HELLINGER *Hay que contar con la premisa del amor en toda la línea.* Puedo considerar algo realmente fatal sin condenar a nadie. Siempre tengo que buscar la manera de solucionar las implicaciones sistémicas; sobre todo, la manera de solucionarlas para la víctima. Si la víctima se distancia de todo eso, dejando la culpa y las consecuencias de sus actos con los abusadores, y si logra convertirlo en algo bueno para ella misma –sea lo que sea–, lo pasado está pasado y solucionado para la víctima. En cambio, en cuanto entran en juego los afectos, del tipo «hay que entregar al vil abusador a la justicia», se cierra el paso a la solución para la víctima. Un terapeuta que se abandona a tales afectos perjudica al cliente. Aportaré un ejemplo: una vez, en un grupo para psiquiatras, hubo una psiquiatra que, llena de indignación, contó de una cliente que había sido violada por su propio padre. Entonces le dije:

–Configura el sistema.

Después, le dije que se pusiera ella misma en el lugar que, según su opinión, le correspondía. Ella se puso al lado de la cliente: inmediatamente, todos en el sistema se enfadaron con la terapeuta, nadie se fiaba de ella. A continuación, la puse al lado del padre: todos en el sistema se calmaron y confiaban en ella, y la cliente se mostraba muy aliviada.

No se puede excluir a nadie de un sistema, excepto en los casos de crímenes muy graves, y el incesto solo muy raras veces se cuenta entre estos. La solución se halla en reintegrar a todos los que fueron excluidos. Eso se logra con más facilidad si el terapeuta no solo se centra en el padre como abusador que aparece en un primer plano, sino también en la madre como secreta perpetradora, como eminencia gris del incesto. Cuando el terapeuta únicamente se alía con la víctima, y no con el sistema en su totalidad, su modo de trabajar agrava aún más la situación. Esta es la consecuencia, y su alcance es muy extenso.

¿Qué ayuda a los abusadores?

BRIGITTE ¿Y qué haces cuando tratas con los abusadores?

HELLINGER Únicamente hablaría con ellos individualmente y en un contexto protegido. En primer lugar, les preguntaría si ellos ven un camino que ayude a la víctima a librarse del acto incestuoso y a trocar el dolor sufrido y sus consecuencias en algo positivo. En ese momento, ellos ya no necesitan defenderse y yo gano su colaboración. Un primer paso en esa dirección sería que sintieran lo ocurrido. Ese dolor es, en primer lugar, un proceso interior. A veces, sin embargo, también es bueno expresarlo ante el niño:

«Siento lo que hice contigo». Esas palabras descargan a la víctima y le ayudan más que la persecución del abusador. Pero no debe pasar de aquí. Los abusadores no deben ni explicar, ni justificar, ni paliar, ni condenar su comportamiento ante la víctima. Tampoco deben confesarle su culpa, ni tampoco pedirle perdón, o esperar o exigir cualquier otra cosa que fuera una descarga para ellos mismos. Eso sería otro abuso más, una carga adicional para la niña, que nuevamente la vincularía a ellos. Lo mismo puede decirse respecto de las madres cómplices. Aun los padres culpables siguen siendo padres, es decir, conservan una posición antepuesta y superior en relación con los hijos. Por tanto, tampoco debe discutirse el asunto ni entre padres e hijos a solas, ni ante terceros, por ejemplo, ante un terapeuta. Estas conversaciones humillan a los padres ante sus hijos, y también humillan a los hijos, aunque aparentemente se les haga justicia. *Los padres humillados están perdidos para sus hijos.* Cuando se llega a un proceso judicial, aconsejo a los abusadores que acepten la pena sin intentar mitigarla mediante subterfugios o peritajes. Esta es la manera más segura de recuperar su dignidad. Frecuentemente, los abusadores, aparte de recibir la pena justa, también se convierten en blanco de toda una campaña. O se sospecha de un inocente sin que este se pueda defender, ya que la mera sospecha cae como una chispa en un campo de paja seca, presa fácil del fuego. A estas personas les cuento una pequeña historia.

El silencio

En un congreso de psicoterapia, un psicólogo famoso dio una conferencia sobre lo femenino y, durante la discusión, se vio violentamente atacado por un grupo de mujeres jóvenes. Estas eran de la opinión de que las mujeres aún recibían un trato sumamente injusto y que era arrogante que un hombre, en presencia de mujeres, osara hablar de lo femenino. El psicólogo, que obviamente había hablado con las mejores intenciones, se sentía acosado y juzgado injustamente, ya que parecía que no tenía mucho que oponer a los argumentos de las jóvenes. Al terminar, empezó a reflexionar sobre qué habría hecho mal. Discutió el caso con sus compañeros y, finalmente, decidió pedir consejo a un hombre sabio. El sabio le dijo:

–Las jóvenes tienen razón. Aunque ellas mismas no tienen dificultades para imponerse a los hombres, como tú mismo notaste, y probablemente tampoco habrán sufrido ninguna injusticia grave. Pero ellas toman sobre sí la injusticia sufrida por otras mujeres, como si ellas mismas la hubieran vivido, sacando, como el muérdago, sus fuerzas de un tronco extraño. Así pues, no tienen un gran peso propio y en el amor quedan relegadas a

las personas de su misma condición; pero ellas ayudan a aquellas que vienen detrás de ellas, ya que uno siembra y el otro recoge.

–Todo eso no me interesa –respondió el psicólogo–. Quisiera saber qué debo hacer si otra vez me encuentro en una situación así.

–Haz como aquel que es sorprendido por una tormenta en un campo abierto: busca un refugio y espera hasta que la tormenta haya pasado. Después, sal de nuevo y saborea el aire fresco.

Cuando el psicólogo se encontró de nuevo entre sus compañeros, estos le preguntaron qué le había aconsejado el sabio.

–Ay –dijo–, no lo recuerdo bien. Pero creo que me dijo que saliera más veces al aire libre, aunque hubiera tormentas.

La indignación

HELLINGER También aquellas personas que ayudan en vez de perseguir, que intentan guiar tanto a las víctimas como a los perpetradores para que encuentren maneras de orientarse hacia el futuro y convertir en algo positivo el dolor y la culpa, a veces se convierten en blanco de indignación, ya que los indignados se sienten al servicio de una ley imperiosa, sea la ley de Moisés, la ley de Cristo, la ley de los cielos, la «ley moral natural», la ley de un grupo, o simplemente aquello que un ciego *espírtu del tiempo* nos imponga. Cualquiera que sea el nombre de esa *ley, les confiere a los indignados un poder sobre los perpetradores y sobre las víctimas, justificando toda injusticia que cometan con otros.* La pregunta es: ¿cómo pueden reaccionar los terapeutas que topan con esta indignación sin perjudicar ni a las víctimas ni a los perpetradores, ni dañarse a sí mismos o atentar contra el orden justo? A este respecto, cuento una historia conocida.

La mujer adúltera

En Jerusalén bajó una vez un hombre del monte de los Olivos y se dirigió al templo. Al entrar, un grupo de eruditos justos trajeron a una mujer y, rodeando a aquel hombre, la pusieron delante de él diciendo:

–Esta mujer ha sido sorprendida en adulterio. Moisés nos mandó en la Ley que la apedreáramos. ¿Tú qué dices?

Pero, en realidad, no les interesaba ni aquella mujer, ni lo que había hecho. Su propósito era preparar una trampa a un hombre conocido por su solicitud y su

indulgencia. Su clemencia los indignaba. Ellos, sin embargo, en nombre de esa ley se sentían autorizados a aniquilar tanto a la mujer como a aquel hombre –suponiendo que no compartiera su indignación–, aunque este no tuviera nada que ver con lo que la mujer había hecho. Así pues, nos encontramos ante dos grupos de perpetradores. Al primer grupo pertenece la mujer: ella era una adúltera, y los indignados la llamaban pecadora. Al otro grupo pertenecen los indignados: por sus intenciones eran asesinos; no obstante, se llamaban justos. Sobre ambos grupos pesaba la misma ley implacable, con la única diferencia de que, en un lado, esta llama injusticia a los actos malos y, en el otro, llama a los actos aún peores justicia. Pero el hombre al que querían preparar la trampa escapó de todos ellos: de la adúltera, de los asesinos, de la ley, del cargo de juez y de la tentación de la grandeza. Ante todos ellos se inclinó hasta el suelo. Pero al ver que los indignados no comprendían su gesto, acechándolo y acosándolo, se incorporó y dijo:

–Aquel de vosotros que esté libre de pecado, que arroje la primera piedra.

E inclinándose de nuevo, siguió escribiendo en la tierra. De repente, todo había cambiado; ya que el corazón sabe más de lo que la ley le permite o le impone. Los indignados se fueron retirando, uno tras otro, comenzando por los más viejos. El hombre, sin embargo, respetaba su vergüenza y permanecía inclinado, escribiendo en la arena. Solo cuando todos se hubieron marchado, se incorporó de nuevo, preguntando a la mujer:

–¿Dónde están? ¿Nadie te ha condenado?

–Nadie, señor –contestó ella.

Después, como si estuviera de acuerdo con los que antes se habían mostrado indignados, le dijo a la mujer:

–Tampoco yo te condeno.

Aquí termina la historia. En el texto transmitido aún se añade: «No peques más». Como pudo demostrar la investigación bíblica, esta frase fue añadida posteriormente, probablemente por alguien que ya no soportaba la grandeza y el poder de esta historia. Aún queda por comentar otro aspecto más. La auténtica víctima es silenciada tanto por los indignados como por la historia: el marido de la mujer. Si los indignados hubieran apedreado a la mujer, su marido se habría convertido doblemente en víctima. Así, sin embargo, al no interponerse ya entre ellos ningún indignado, ambos tienen la posibilidad de encontrar el equilibrio y la reconciliación a través del amor, y de comenzar de nuevo. Si los indignados tuvieran el derecho de interponerse, se les negaría esta solución, y tanto el perpetrador como la víctima, tanto la adúltera como el marido engañado, sufrirían más. A veces, también algunos niños que han sido objeto de abusos se encuentran en esta situación, cuando, en lugar de encontrarse en manos del amor, caen en manos de la indignación. Los indignados se preocupan poco de ellos. Puesto que las medidas que proponen e imponen desde la indignación hacen todo aún más difícil para

las víctimas. La niña que fue víctima de un abuso permanece vinculada y fiel al padre abusador. Por tanto, si este es perseguido y aniquilado moral o físicamente, también ella muere moral o físicamente, o, más tarde, uno de sus hijos paga la culpa. Esta es la maldición de la indignación, y la maldición de la ley que se apoya en la indignación. Por tanto, ¿qué deberían hacer los ayudadores que se guían por el amor? Renunciar al dramatismo y buscar caminos sencillos que tanto a las víctimas como a los perpetradores les den la posibilidad de comenzar de nuevo, aunque con un conocimiento y una comprensión que antes no tenían. En lugar de fijar su mirada en una supuesta ley superior, tan solo miran a los demás, sean víctimas o perpetradores, considerándose uno más entre ellos. Así, saben que solo la ley parece eterna y férrea –en la tierra, sin embargo, todo es efímero y a todo final le sigue un principio. Su ayuda es humilde y conoce el amor para todos: para las víctimas, para los perpetradores, para los instigadores secretos y para los vengadores, que ellos mismos también habrán sido alguna vez. ¿Lo he dejado claro así?

PARTICIPANTE Sí.

Lo que disuelve el poder de las mujeres que aparecen como Dios

HELLINGER Comenzaremos ahora con la ronda final. Esta es la última posibilidad de trabajar algo aquí. ¿Thomas?

THOMAS Quisiera configurar mi sistema de origen y mirar a mis abuelos.

HELLINGER ¿Quiénes forman parte de tu familia?

THOMAS El padre, la madre, yo, como el mayor, y cuatro hermanas más.

HELLINGER ¿Alguien estuvo casado o comprometido anteriormente?

THOMAS Mi madre, antes de casarse, tuvo un amigo que ya estaba casado y con el que sentía una afinidad espiritual. Pero, al conocer a mi padre, dijo «Este hombre es para mí», y se casó con él. Cuando murió mi padre, reanudó la relación con aquel hombre.

HELLINGER ¿Tu padre tuvo algún compromiso anterior?

THOMAS No, fue un teólogo fracasado.

HELLINGER ¿Qué quiere decir «teólogo fracasado»?

THOMAS Entró en una orden y, según me dijo él mismo, quería hacerlo con un 150 por ciento de perfección. Se mortificaba y era especialmente duro consigo mismo. Pero después tuvo una crisis nerviosa y abandonó la orden.

HELLINGER ¿Qué no agradeció tu padre? ¿Qué gracia no agradeció? La crisis nerviosa; porque esta fue una gracia.

THOMAS Todo su camino se caracterizaba por el fracaso.

HELLINGER Porque no dio las gracias por aquella gracia. En relación a este tema te contaré una pequeña historia.

La gracia pasa

Durante una gran inundación, un rabino imploraba a Dios para que le ayudara. El agua, sin embargo, subía y subía y, finalmente, el hombre se refugió en el tejado de su casa.

Poco después, se acercó un hombre en una barca para salvarlo; el rabino, sin embargo, lo rechazó:

–Estoy esperando a que Dios me ayude –y siguió rezando.

Después, un helicóptero se acercó para salvarlo; él, sin embargo, respondió:

–No, no. Estoy esperando a que Dios me ayude.

Finalmente se ahogó. Cuando el rabino llegó al trono de Dios, quejándose de que no le ayudara, Dios le respondió:

–Te envié una barca y te envié un helicóptero.

HELLINGER *(A Thomas)* De acuerdo, ¡ahora configura a tu familia! *(Thomas posiciona una representante para su madre. A la derecha de ella coloca a su propio representante y a la segunda hija. A la izquierda de la madre pone a las tres hermanas menores, por orden de edades. Al padre lo coloca a la derecha de toda la familia, lejos pero mirándolos. A los representantes de la familia)* ¿Con quién estáis enfadados todos?

SEGUNDA HIJA ¿Con el padre?

HELLINGER No. *(A Thomas)* Con Dios. Este Dios, ¿es un hombre o una mujer?

THOMAS No estoy seguro. No puedo concretarlo.

HELLINGER Siempre que aparece Dios en un sistema, en realidad es una persona del sistema.

THOMAS Entonces es un hombre.

HELLINGER No estoy tan seguro. Bien, empecemos. ¿Qué tal se encuentra el padre?

PADRE Fatal. Mi mirada se dirige al vacío y no tengo nada que ver con todos estos.

HELLINGER Exacto, la gracia no sirvió de nada. *(A la madre)* ¿Qué tal está la madre?

MADRE En una palabra: ¡imposible! ¡Absolutamente imposible!

HELLINGER ¿Qué tal se siente el hijo?

PRIMER HIJO No muy bien. Quiero salir de aquí.

SEGUNDA HIJA Me siento sobrecargada. Me siento como si fuera una madre sola a cargo

de toda la familia.

TERCERA HIJA Tengo la sensación de estar aquí en un rincón totalmente tranquilo.

CUARTA HIJA Yo tampoco siento nada, es la única razón por la que me encuentro bien. No tengo nada más que decir.

HELLINGER *(A Thomas)* Cuéntame algo de la familia de tu padre.

THOMAS Mi padre es el hijo mayor. Tenía siete hermanos. Llevaba un comercio que, en el fondo, pertenecía al padre de mi madre; es decir, él entró en el negocio por su matrimonio. Mi madre era y sigue siendo la persona central allí.

HELLINGER ¿Puedes mencionar algún otro hecho significativo, aparte del gran número de hermanos?

THOMAS Una hermana de mi padre murió de tuberculosis. Sus hermanos más jóvenes eran gemelos. Uno de ellos se cayó por unas escaleras y murió. Su padre estaba destinado a hacerse sacerdote, según la voluntad de su madre, pero el padre de su padre lo impidió.

HELLINGER ¿El padre de su padre lo impidió?

THOMAS El padre de mi padre estaba destinado a hacerse sacerdote, igual que él y yo también, pero el padre de su padre lo impidió. Aparentemente, el deseo de que los hijos se hicieran sacerdotes se trasmitía siempre por las madres, y los padres, o aquel padre, lo impidieron.

HELLINGER De acuerdo. Y ahora qué. ¿Es Dios un hombre o una mujer? Introduzcámoslo en la constelación.

THOMAS ¿A quién?

HELLINGER A ese Dios. ¿Quién podría ser?

THOMAS Ahora hubiera escogido a una mujer.

HELLINGER Sí, escoge a una mujer para Dios. *(Al grupo)* No os preocupéis, siempre se trata de un papel humano. *(Introduce a una representante de Dios y la posiciona enfrente de la familia, a una cierta distancia)* ¿Qué ha cambiado?

PRIMER HIJO Estoy un tanto aliviado.

TERCERA HIJA No sé para qué está allí y, además, no me mira.

HELLINGER Pero el nivel de energía ha subido. ¿Qué tal el padre?

PADRE Con este Dios no quiero tener nada que ver.

HELLINGER Sí, una vez que aparece, ya no quedan muchos que quieran tratar con él.

PADRE Me deprime. Me pone muy nervioso. Quisiera marcharme.

MADRE Podría estrangularla.

REPRESENTANTE DE DIOS *(Thea)* Sabía que Thomas me elegiría a mí, porque frecuentemente mi papel es la amenaza.

HELLINGER No tienes que disculparte. ¿Cómo te encuentras en este papel?

DIOS No muy bien.

HELLINGER ¿Hacia dónde se dirige la energía?

DIOS Al vacío, hacia allá, directo.

HELLINGER *(A Thomas)* ¿De qué mujer se trata concretamente y hacia dónde está mirando?

THOMAS Se me ocurre alguien: la otra abuela, la que vivía con nosotros.

HELLINGER ¿La madre de la madre? ¿Qué pasó con ella?

THOMAS Tuvo un hijo que nació muerto y, después, ella misma casi murió también. Más tarde tuvo a mi madre.

HELLINGER A esta mujer también la introduciremos. Ponla al lado de Dios. A la representante de Dios la tomaremos como la madre del padre, probablemente lo será. *(La coloca a la derecha de la representante de Dios)*.

SEGUNDA HIJA La energía aumenta increíblemente.

PRIMER HIJO También lo noto un poco, pero no es lo que hace falta.

HELLINGER *(A Thomas)* ¿Cómo se anula el poder de Dios? A través de los dos maridos. Pongamos también a los abuelos. Ponlos simplemente al lado, a cada uno con la mujer a la que neutraliza.

(Thomas posiciona al padre del padre a la izquierda de la madre del padre. Al padre de la madre lo coloca a la derecha de la madre de la madre).

PRIMER HIJO Es cada vez mejor.

PADRE Es mucho más llevadero.

SEGUNDA HIJA Es mucho menos peligroso.

HELLINGER Sí, exacto. Porque las peligrosas son las mujeres. Los hombres, en cambio, representan la vida y la tierra.

SEGUNDA HIJA ¿La tierra?

HELLINGER La tierra, curiosamente. Cuando un hijo o una hija está en peligro, por ejemplo, en peligro de suicidio, casi siempre están más seguros al lado del padre que con la madre.

PADRE Es un gran alivio desde que están los abuelos.

HELLINGER *(Al padre)* Ahora ve a buscar a tu mujer. *(El padre da una palmada, va hacia su mujer, la coge por la cintura y la trae a su lado. Ella lo sigue, riendo. Mientras tanto, la hermana mayor se pone a la izquierda de su hermano. A los padres del padre y de la madre)* ¿Qué tal vosotros?

MADRE DEL PADRE Ahora ya estoy bien.

PADRE DEL PADRE Neutro, todo en orden.

MADRE DE LA MADRE Ahora me siento bien.

PADRE DE LA MADRE Tienen mi bendición.

MADRE Cuando han aparecido los abuelos, el temblor de mis manos ha desaparecido. Ahora las tengo calientes.

MADRE DEL PADRE *(REPRESENTANTE DE DIOS)* Mientras me encontraba sola aquí, tenía la sensación de que todas las agresiones y todo lo que había en esta sala se centraban en mí.

HELLINGER ¡Lo ves! ¡Menos mal que existen los hombres! *(A Thomas)* Creo que lo he dejado suficientemente claro. ¿Quieres ponerte tú mismo en tu lugar? *(Thomas ocupa su lugar, mirando a su alrededor con un gesto afirmativo)* En esta constelación me he limitado a lo más importante, porque no hace falta hacer nada más. ¿De acuerdo? *(Thomas asiente con la cabeza)* Bien, ya está.

Mujeres y hombres

HELLINGER *(Al grupo)* ¿Aún hay preguntas?

ANNE Yo todavía tengo una pregunta. ¿Por qué la tierra es algo masculino? Siempre lo había oído al revés. Me interesaría saberlo.

HELLINGER Es cierto, la tierra es femenina.

ANNE La tierra es femenina; sin embargo, ¿dijiste que la mujer...? No lo entendí bien.

HELLINGER La tierra es femenina, pero el hombre, a través de su trabajo, hace que florezca. Digámoslo así. Las imágenes son polifacéticas. Pero el hecho es que la mujer difícilmente distingue entre sí misma y su hijo. El hombre, en cambio, siempre distingue entre sí mismo y su hijo, excepto si está muy enfermo. Por eso, los hijos, en su individualidad, están más seguros con el padre.

ANNE Eso lo entiendo.

HELLINGER Es así. No es nada malo, la naturaleza simplemente es así. Por eso, los hombres –aún– tienen un papel determinado.

THOMAS Me pregunto qué pasa con la parte destructiva que hay en mí, qué sucede con esa inquietud destructiva.

HELLINGER Tienes que pasar a la esfera de los hombres; te lo he dicho siempre. Necesitas salir de la esfera de las madres para pasar a la esfera de los padres.

Renegar de Dios

HELLINGER *(A Thomas)* ¿Ya estás satisfecho? ¿Tienes todo lo que querías?

THOMAS Aún me interesa la cuestión de las identificaciones. ¿Con quién estaba identificado yo?

HELLINGER No creo que «identificación» sea la expresión correcta aquí. Aquí se transmite una obligación, y también una necesidad de romper esa misma obligación. Tanto lo uno como lo otro.

THOMAS Es así como lo vivo.

HELLINGER Se dan ambas tendencias. La imitación exige tanto que asumas como que no asumas la obligación.

THOMAS Exacto. Eso es.

HELLINGER ¿Y cuál es la solución? Renegar de Dios. Ya que ese Dios es muy pequeño. Despídete de él con dignidad, para dirigirte a algo más grande. Así, te pones en la línea sana. El Dios más grande le envió la crisis nerviosa a tu padre; pero él no lo reconoció.

THOMAS La cuestión es qué puedo conocer de él.

HELLINGER Nada. Quédate con el amor a la Tierra. Ese Dios que tiene un papel tan importante en tu familia aparece como enemigo de la Tierra. Sin embargo, la única realidad que conocemos es la Tierra. Ella es lo más grande que conocemos. Y ella alberga el misterio más grande, no el cielo.

THOMAS Centrarme en la Tierra, eso ya lo hago últimamente.

HELLINGER Exacto. Lo importante es que también el niño en ti se deje llevar hasta allá, simplemente poniéndote al lado de los hombres; o delante de los hombres, de manera que ellos estén a tus espaldas. Eso es todo. ¿De acuerdo? Aún quisiera decir algo de las vocaciones, de las «vocaciones divinas» o como quiera que se las llame. Por regla general, solo vienen del Dios que aparece en la familia, que en la mayoría de los casos es la madre. Cuando alguien no obedece a una vocación de este tipo, por ejemplo, la vocación hacia el sacerdocio, cuando obra en contra de ella, como fue el caso en tu familia, solo puede lograrlo a través de una renuncia y de una conversión religiosa. De lo contrario, quizá acabaría viviendo de una manera aún más limitada que si hubiera seguido la orden recibida de su familia. Expresándolo de una manera muy drástica, una persona solo puede librarse de una vocación de este tipo maldiciendo a ese Dios. Eso, sin embargo, solo lo logra la persona que tiene una gran fe y una gran fuerza. Quien no logra dar este paso tampoco consigue la solución. Os contaré una pequeña historia. Podría titularse *La apostasía*, o *La fe* o *El amor*. En esta historia todo esto es lo mismo.

La fe mayor

Un hombre, en sueños, oyó una noche la voz de Dios, que decía: «Levántate, toma a tu hijo, a tu único y bienamado hijo, llévalo al monte que te señalaré, y allí ofrécemelo en holocausto». Por la mañana, el hombre se levantó, miró a su hijo, su hijo único y bienamado, miró a su mujer, la madre del niño, y miró a su Dios. Cogió al niño, lo llevó al monte, construyó un altar, le ató las manos al niño y sacó el cuchillo para sacrificarlo. Pero en ese momento oyó otra voz, y en lugar de su hijo sacrificó un cordero.

¿Cómo mira el hijo al padre? ¿Cómo el padre al hijo? ¿Cómo la mujer al hombre? ¿Cómo el hombre a la mujer? ¿Cómo miran ellos a Dios? ¿Y cómo Dios –suponiendo que exista– los mira a ellos?

También otro hombre, por la noche, oyó en sueños la voz de Dios, que decía: «Levántate, toma a tu hijo, tu único y bienamado hijo, llévalo al monte que te señalaré, y allí ofrécemelo en holocausto». Por la mañana, el hombre se levantó, miró a su hijo, su hijo único y bienamado, miró a su mujer, la madre del niño, y miró a su Dios. Y le respondió, cara a cara: «¡No lo haré!»

¿Cómo mira el hijo al padre? ¿Cómo el padre al hijo? ¿Cómo la mujer al hombre? ¿Cómo el hombre a la mujer? ¿Cómo miran ellos a Dios? ¿Y cómo Dios –suponiendo que exista– los mira a ellos?

HELLINGER ¿Lo he dejado claro?

HARTMUT Clarísimo.

HELLINGER Eso significa que lo he aclarado, que he dejado claro lo que significa la apostasía, y qué fuerza en la fe y en el amor exige; y qué pequeña es la fe de los fieles que sacrifican a sus hijos y se entregan a la arbitrariedad de ese Dios.

Los padres del padre fueron asesinados en el campo de concentración, los padres de la madre sobrevivieron escondidos

ANNE Quisiera configurar a mi familia de origen.

HELLINGER Adelante.

ANNE Los que forman parte de ella son mi padre, mi madre, mi hermana, que me lleva dos años, y yo.

HELLINGER ¿Qué pasó con los padres de tu padre y con su familia?

ANNE Fueron deportados y murieron asesinados en el campo de concentración. Mi padre y su hermana fueron separados de ellos y sobrevivieron. En 1937, se exiliaron a Inglaterra.

HELLINGER ¿Y los padres de tu madre?

ANNE Mi madre tuvo un padre cristiano que se convirtió al judaísmo para poder casarse con mi abuela. Mi abuela, mi abuelo y mi madre fueron escondidos por una hermana de mi abuelo. Así sobrevivieron.

HELLINGER El abuelo que se convirtió al judaísmo es muy importante. En este caso podría lograrse un matrimonio tuyo con un alemán, como compensación. Sí, exacto. ¿Notáis que esta sería una manera de llegar a un equilibrio?

ANNE Mi marido, del que estoy separada, es católico y mis hijos también están bautizados.

HELLINGER Aquí es lo que corresponde. De acuerdo. Ahora configura a tu familia. Escoge primero a representantes para tus padres, para ti y para tu hermana, y después también para todas las demás personas importantes, es decir, los padres de tu padre y los padres de tu madre, junto con la hermana que los escondió. *(Anne posiciona a sus padres juntos, la madre a la derecha del padre. A la derecha de la madre se encuentra la tía, así como el padre y la madre de la madre, que la tía escondió. Las dos hijas, Anne y su hermana, se encuentran, por orden de edades, a la derecha de la madre de la madre. A la izquierda del padre y a una cierta distancia de él, se encuentran sus padres, que fueron asesinados en un campo de concentración)* ¿Qué tal se encuentra la madre?

MADRE Ahora me encuentro bien. Antes, mientras se estaba configurando la constelación y yo había perdido de vista a mis dos hijas, realmente sentía la pérdida.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE Hay mucha energía, aunque también hay algo deprimente. Antes, al escuchar que mis padres murieron en el campo de concentración, he pensado: «No estuve alerta». Al mismo tiempo, sin embargo, era un sentimiento bastante realista; podía ver lo que les estaba pasando. Es terrible y, al mismo tiempo, pienso: «No estuve alerta». Finalmente, he podido aceptarlo así.

HELLINGER ¿Qué tal la hermana mayor?

PRIMERA HIJA En un primer momento, mientras me encontraba sola aquí, sentía cariño hacia mis padres. Después, me han llevado de aquí para allá y el sentimiento se ha enfriado un poco. Luego han venido también los abuelos, los padres de mi padre, que ejercían una atracción irresistible, algo que me parecía amenazante. Con mi hermana me encuentro bastante bien. A los otros abuelos los veo como un elemento que mantiene el equilibrio. Es decir, puedo estar muy bien aquí.

HELLINGER *(A la representante de Anne)* ¿Cómo se encuentra la hermana menor?

SEGUNDA HIJA Me siento fatal. Podría explotar de rabia. Los encuentro a todos tan amables y cariñosos. ¡Asfixiantes con su cariño! Únicamente existe una mínima relación con la hermana del abuelo. A esa mujer la encuentro genial. Pero todos los demás me parecen demasiado amables. *(Se sacude)*.

HELLINGER Explotar es lo más fácil.

SEGUNDA HIJA ¿Quieres decir que es más fácil que encarar esto?

HELLINGER Exacto.

SEGUNDA HIJA Sí, también noto que es más fácil.

PADRE † DEL PADRE Curioso. Mis piernas van echando raíces en el suelo y al mismo tiempo siento como si me estuviera elevando en el aire. Siento que hay como una corriente de calor hacia mi hijo y hacia su familia, y mucha simpatía hacia allá, hacia los otros abuelos y la hermana, aunque estos solo aparecen como grupo, no como personas diferenciadas. Hay afecto en todo esto.

MADRE † DEL PADRE Curiosamente no me siento implicada, como si todo esto no me interesara. *(Hellinger cambia la imagen, de manera que las hijas se encuentren enfrente de los padres. Después lleva a los padres del padre, que fueron asesinados, más hacia un segundo plano)* Mucho mejor así.

HELLINGER *(Al padre)* ¿Qué tal así para ti?

PADRE Noto más fuerza.

HELLINGER Los muertos también tienen que hacer sitio.

PADRE DE LA MADRE Ahora me encuentro bien. Antes, cuando tenía a los otros abuelos enfrente, había un intenso campo de fuerza entre nosotros, que me resultaba agradable; hacía que me sintiese fuerte. Cuando ellos se han marchado, ya no ha sido así. Antes, mis dos nietas estaban demasiado lejos. Ahora, desde que las tengo delante, me siento mejor.

MADRE DE LA MADRE Antes me sentía como madre de la compañía. Ahora puedo centrarme más en mi marido.

HERMANA DEL PADRE DE LA MADRE Me empieza a latir fuertemente el corazón, pero también sé que está bien así. *(A continuación, Hellinger también lleva a los padres de la madre y a su tía hacia un segundo plano, detrás y a la derecha de la madre. Los padres de la madre se encuentran el uno al lado del otro; la tía, detrás de ellos)* Así está mejor. Este es el lugar más tranquilo.

SEGUNDA HIJA Ahora mis padres tienen un lugar sólido y también puedo enfrentarme a ellos como personas. Los veo y puedo dirigirme a ellos con interés. Con los abuelos, de todos modos me encuentro bien. Aunque ya no veo tan bien a mi tía abuela.

HELLINGER *(A la madre)* ¿Qué tal te encuentras ahora que tus padres y tu tía se hallan más a tus espaldas?

MADRE Bien.

HELLINGER Hay una gran diferencia entre hallarnos ante personas que están excluidas y estar ante personas que son poderosas. Los poderosos más bien pasan a un segundo plano; los excluidos, en cambio, deben pasar a un primer plano. Todos estos son

valorados y reconocidos, y, para los demás, la vida sigue. Así, también la fatalidad puede ser pasado. *(A Anne)* De acuerdo, ponte tú misma en tu lugar. *(Anne ocupa su lugar y empieza a llorar)* Deja los ojos abiertos y míralos a todos con amor. *(Anne asiente con la cabeza y los mira a todos)* Bien, ya está.

La gracia de la vida

IDA Me siento centrada y noto un ardor en mi interior. *(Se emociona y se le saltan las lágrimas)* Quisiera escuchar algo más a mi voz interior. A veces noto que está allí; cada vez lo noto más. Pero me gustaría ganar más confianza en esa voz.

HELLINGER Hubo una vez un judío piadoso que cada noche le rogaba a Dios que lo dejara ganar en la loto. Al cabo de muchos años, oyó la voz de Dios:

–¡Dame, por fin, una oportunidad y cómprate un cupón!

IDA En varias ocasiones he experimentado la gracia de la vida. *(Sigue muy emocionada)*.

HELLINGER Mira una vez a tu padre y déjalo allá, a una cierta distancia. Míralo con cariño; a él y a su familia. Y recibe su bendición; y toma en brazos al hermano de tu padre, a aquel que fue asesinado. ¿Intentaron hacerlo desaparecer?

IDA No. *(Suspira aliviada)*.

HELLINGER Tampoco sería posible. En alguna parte todo esto se sostiene. Déjalo allí. ¿Puedes dejarlo allí donde se sostiene? *(Ida asiente con la cabeza)* En alemán tenemos una bella palabra para los cementerios: *«Friedhof»*.[7] Es allí donde debe y puede haber paz. Una vez muertos, los muertos también deben encontrar su paz. ¿Está bien así? *(Ida asiente con la cabeza)*.

WILHELM Ya no tengo mucho que decir. Me siento muy conmovido.

SOPHIE Yo también me siento bien. Estoy tranquila. Mi nivel de energía ha vuelto a subir, algo más alto que esta mañana. Y ya no tengo ninguna cuestión pendiente.

HELLINGER Ahora, con tu madre estás en buenas manos.

KLARA Yo también me encuentro bien. Me siento ricamente obsequiada.

Encontrar y tomar al padre que murió pronto

JAN Quisiera configurar a mi familia.

HELLINGER Bien.

JAN Mi padre estuvo casado anteriormente, se divorció y tuvo un hijo de ese matrimonio.

HELLINGER ¿Con quién se crió?

JAN Durante los primeros dos años, hasta la muerte de mi padre, con nosotros; después, con su abuela paterna, y después de otros cuatro años, su madre lo llevó consigo a Italia, donde después se quedó. Mi padre era farmacodependiente y murió a causa de una insuficiencia renal.

HELLINGER ¿Por qué se rompió el primer matrimonio de tu padre? ¿Lo sabes?

JAN Presuntamente, por la adicción de mi padre. Ya no se entendían.

HELLINGER ¿Sucedió algo especial en la familia de tu padre?

JAN El padre de mi padre era alcohólico.

(Jan configura la constelación de su familia. En un primer paso coloca a su propio representante, como segundo hijo, a la izquierda de su madre. Más atrás y algo hacia la izquierda posiciona a la primera mujer de su padre, mirando hacia la izquierda. Al lado derecho de ella y mirando hacia atrás, al hijo de este primer matrimonio de su padre. Al padre lo coloca hacia la izquierda, delante de él mismo y de su madre, pero lejos y de espaldas a ellos).

HELLINGER ¿Qué tal el padre?

PADRE Estoy muy triste.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la primera mujer?

PRIMERA MUJER Estoy muy descontenta con mi posición. Sé que tengo un hijo. Pero me pone de mal humor no tener relación con nadie. No estoy en contacto con nadie y quiero ir con mi hijo. Eso sería lo mínimo.

HELLINGER ¿Qué tal el hijo?

PRIMER HIJO Es tan irreal que quisiera filosofar.

HELLINGER Sí lo es. *(Pone al padre del padre delante de este. Ambos se ríen; después, el padre da un paso hacia atrás. El hijo de la primera mujer se gira hacia la familia. Cuando coloca a la primera mujer al lado de su hijo, ella respira aliviada. Al padre)* ¿Qué tal así?

PADRE Fantástico.

HELLINGER ¿Qué tal la madre?

MADRE Antes de que estuviera allí el padre de mi marido, pensaba que quería darme la vuelta y marcharme con mi hijo. En el momento en que ha aparecido su padre, él se me ha hecho otra vez interesante y atractivo.

SEGUNDO HIJO Al principio, mientras mi padre aún estaba solo allí, he pensado: «Debe de ser un hombre interesante; me gustaría mirarle cara a cara». En cuanto a mi madre, ella es mi apoyo. Estoy contento de que esté aquí. Cuando ha aparecido el padre del padre,

he notado que mi padre se encontraba bien, y eso también me ha sentado bien a mí. Ahora me encuentro mejor que antes.

(Hellinger gira al padre hacia la familia y coloca a ambos hijos enfrente de él. Detrás del padre posiciona al padre de este. A la madre la coloca a la izquierda y a una cierta distancia del padre. La primera mujer del padre encuentra su lugar a la derecha de este, también a una cierta distancia).

PADRE Tengo una perspectiva muy amplia ahora. Las dos mujeres irradian algo agradable. Los hijos están a la vista y todo el conjunto es estable para mí.

PRIMER HIJO Son como altibajos: por una parte, me gusta estar al lado de mi hermano, pero, por otra parte, sé que venimos de familias diferentes.

SEGUNDO HIJO Antes notaba una corriente de aire frío que pasaba por mi mano izquierda, que ha desaparecido al llegar el abuelo. Está bien así.

HELLINGER *(A Jan)* Ponte tú mismo en tu lugar. *(Jan ocupa su lugar, mira a su alrededor y asiente con la cabeza)* Haré un pequeño experimento contigo, ¿de acuerdo? Para que sepas lo que son los hombres. *(Lo pone de espaldas delante de su padre, apoyado contra este)*.

JAN *(Al cabo de un tiempo)* Me da un poco de miedo.

HELLINGER Quédate así de momento. *(Tras una pausa prolongada)* ¡Cede a tu impulso! Date la vuelta hacia el padre. *(Jan se da la vuelta y se abraza a su padre. Ambos se cogen fuertemente y Jan rompe a llorar. A Jan)* ¡Respira profundamente, con la boca abierta! ¡Respira silenciosamente! Inspirar y espirar. ¡Con fuerza! ¡Mantente en la fuerza! ¡Toma la fuerza! *(Al padre del padre)* Si quieres, puedes abrazarlos a los dos. *(El padre del padre abraza a ambos. A Jan, cuando este vuelve a tranquilizarse)* Ahora vuelve a tu lugar y míralos a todos. ¿Bien así?

JAN Está bien así.

La bendición de lo difícil

FRANK Noto que una y otra vez me inquieto cuando pienso de qué manera comencé mi matrimonio. Desde el principio tuve muy claro que casarme con ella sería una equivocación porque no la quería lo suficiente –esta era mi impresión–; no obstante, pensaba que, de no casarme, la situación seguiría siendo tan destructiva como siempre. Así, los dos dijimos: de momento, nos casamos, y, si no funciona, nos volvemos a separar. Desde luego, fue una equivocación. Pero, después, continuamente quería terminar la relación y disfrutar de mi libertad. Pero así tampoco funcionaba. Constantemente lo hacía mal sin ser consciente de ello. Rabiaba y estaba furioso, e

intentaba las cosas más inverosímiles, pero no servía de nada. Así, siempre tenía la sensación de que yo tenía la culpa.

HELLINGER Hay una solución muy fácil. Hubo una vez un tal Le Bon que escribió cierto libro.

FRANK *La psicología de las masas*.

HELLINGER Exacto, *La psicología de las masas*. El mismo Le Bon, me dijeron, escribió también otro libro, sobre *la psicología de las élites*. No lo he leído, pero en una crítica leí que Le Bon había descubierto el único punto en el que las élites se diferencian de las masas.

FRANK Porque se creen la élite.

HELLINGER No, porque no buscan culpables, sino que en seguida se hacen cargo de las consecuencias de su propio comportamiento. De esta manera, siempre disponen de la capacidad de actuar. Pero, desgraciadamente, solo pocos pertenecen a la élite. *(Risas en el grupo)*.

FRANK Sobre todo, porque siempre dices que lo más grande que se puede lograr es lo ordinario.

HELLINGER Para ti, la solución sería que dijeras: «Me equivoqué y me hago cargo de las consecuencias». Así, inmediatamente recuperas la capacidad de actuar. Y eso sin tener en cuenta el sinfín de experiencias que ganaste gracias a esta vivencia. Esta es la otra cara. No hay nada difícil que no tenga también su lado positivo.

El siguiente paso

UTE Me siento un poco como en un tira y afloja, pero no sé exactamente por qué. Mi propósito es dejar que vaya actuando todo lo que he recibido de ti, pero ya no estoy tan tranquila como antes. No sé por qué.

HELLINGER Porque el siguiente paso ya te está esperando. Ese paso te dará la tranquilidad.

La estrechez

UTE Me llamó la atención que, en la mayoría de las constelaciones que he visto, los diversos miembros de la familia se encontraban relativamente alejados unos de otros. De mi propia constelación sé que me era sumamente importante poner a las personas muy

juntas y apretadas. ¿Se puede deducir que en aquellas familias había demasiada estrechez y cercanía?

HELLINGER Sí. Los espacios libres son necesarios para todos.

UTE Por tanto, en estos casos, ¿no existían?

HELLINGER Exacto. *La estrechez impide el desarrollo.*

Madre e hijo

JOHANN Estuve pensando que, en el fondo, tendría que ir a ver a mi madre y abrazarla.

HELLINGER No, no. Eso sería arrogante. Deja a tu anciana madre en paz. Pero sí puedes pedirle que te bendiga. Y puedes decirle que comprendes lo duro que debería ser para ella que estuvieras hospitalizado. De lo contrario, ya estás otra vez dando en vez de quedarte en un nivel inferior y tomar, como a un hijo le corresponde. Dile que te has dado cuenta de lo que hizo por ti, y que lo valoras; que lo aprecias, y que puede estar contenta.

Hacer por los padres mayores lo que corresponde

LEO Hace un momento, he vuelto a caer en la tentación, y ahora estoy intentando retenerme. He estado pensando: ¿y qué si mi padre vuelve a comportarse como un niño? Entonces todo vuelve a cambiar. Pero después he pensado que ahora, por fin, le toca a mi madre hablar con autoridad. Ella debe insistirle a su marido para que al menos se deje tratar debidamente cuando haga falta.

HELLINGER Es su tarea, no la tuya. Cuando tu madre falte, entonces puedes ocuparte tú de tu padre, de la manera que corresponda. El problema es que un hijo, siempre que ve a sus padres, se siente como un niño de cinco a siete años, y que los padres, siempre que ven a sus hijos, por muy mayores que sean, los ven y los tratan como si siguieran teniendo entre cinco y siete años. Por eso, para muchos hijos, la idea de tener que cuidar a sus padres mayores les resulta tan difícil. Esto es así porque piensan como el niño pequeño de aquel entonces. La solución se halla en que les digan a los padres: «Siempre que me necesitéis, me ocuparé de vosotros, *tal como sea bueno y adecuado*». Esta es *la frase clave*. Así, pasan a otro nivel, al nivel de los adultos. Es en este nivel en el que se les exige la presencia ante sus padres. En este nivel, como hijos pueden respetar a sus padres y, a pesar de todo, hacer lo que corresponda. El hijo adulto no solamente está para

ocuparse de sus padres. Por tanto, los hijos no siempre pueden hacer lo que los padres quisieran, pero lo adecuado es factible en la mayoría de los casos.

Osar lo que corresponde

ROLF Me siento centrado, y en mi interior las cosas van brotando y fluyendo, aún no sé adónde. Estoy buscando mi alegría, y veo muchísimas cosas ante mí.
HELLINGER Osar lo que corresponde es el paso siguiente.
ROLF Sabía que aún vendría algo bueno.

La perspectiva

MARTHA Me encuentro bien. Siento que estoy en camino, pero, para que el proceso iniciado aquí alcance su meta, aún tengo que esperar.
HELLINGER Aquí se ha concretado un punto de partida y se ha señalado un recorrido. Después, en la mayoría de los casos, aún se necesitan uno o dos años para que la semilla crezca y el tren llegue a su destino.
THEA Lo que acabas de decir, a saber, que lo que aquí ocurre necesita uno o dos años para desplegar toda su eficacia, lo noté en mí misma después de trabajar contigo el año pasado. Realmente, el trabajo siguió actuando en mi interior durante todo este año.
DAGMAR De momento, siento una gran gratitud. Me siento plena. Tantas semillas realmente necesitan su tiempo para germinar. Profesionalmente me resulta muy importante esta moderación, es decir, no invertir tantas energías y tener en cuenta el equilibrio entre el dar y el tomar. Es algo muy bonito, y en este sentido me llevo mucho de aquí. Aún me queda una pregunta. Quizá suene un poco extraño, pero siento un gran anhelo de trabajar a conciencia. De hecho, en un principio abordo un asunto con mucho entusiasmo e interés, y después acabo dejándolo para dedicarme a otra cosa.
HELLINGER Te diré algo en relación a la psicoterapia. En psicoterapia, la minuciosidad es de un 20 por ciento. Todo lo que pase del 20 por ciento es demasiado escrupuloso y no hace ningún bien.
KARL Con miras a la meta con la que vine aquí, tengo una sensación de libertad. De momento, lo que más me ocupa es la fuerza de la moderación. Eso es lo que me llevo.
ULLA Aún estoy llena de energías y me arden las manos. Me ha gustado mucho cuando Leo ha contado cómo primero se estuvo debatiendo interiormente y después logró

inclinarse ante su madre. He pensado que mi caso era similar, pero que yo no podría hacerlo así.

HELLINGER Puedes hacerlo a solas; así es más efectivo.

ULLA ¿Sí? *(Se ríe)*. Creo que no he valorado realmente a mi madre. Siempre me he puesto un poco por encima de ella. Quisiera valorarla.

HELLINGER Sí, ¿y cómo se hace? Lo mejor será que te cuente una pequeña historia.

El curso de la vida

Un abejorro se posó en una flor de cerezo, bebió su néctar, quedó saciado y se fue volando. Pero después lo asaltaron los remordimientos. Se sentía como alguien que había tomado sin dar nada a cambio. «¿Qué haré?», pensó, pero no lograba decidirse, y así pasaron semanas y meses.

Finalmente, ya no pudo quedarse tranquilo. Se dijo: «¡Tengo que volver a la flor de cerezo y darle las gracias de todo corazón!»

Se echó al vuelo, encontró el árbol, la rama, la hoja exacta donde antes se hallaba la flor, pero ya no estaba. Tan solo encontró un fruto maduro de un intenso color encarnado.

Al verlo, el abejorro se entristeció. Se dijo: «Nunca más podré darle las gracias a la flor de cerezo; la oportunidad está perdida para siempre. Pero ¡esto me servirá de lección!»

Mientras lo estaba pensando, percibió un dulce perfume; la copa rosada de otra flor le sonreía, y con todas sus ganas se lanzó a una nueva aventura.

(Final del curso.)

ÓRDENES DE LA PERTENENCIA

El desapego como realización religiosa

RITA Desde hace años me siento atrapada sistémicamente. Me esfuerzo por librarme, pero noto que, cuando en un lado lo consigo, por el otro sale algún gancho que me devuelve al punto de partida de nuevo.

HELLINGER Solo pocos logran librarse de las implicaciones de su sistema. Lo digo muy en serio. Bien puede llegarse al conocimiento de ciertas implicaciones, pero, cuando realmente toca decidirse, la tendencia a volver a quedar implicado actúa con tanta fuerza que la mayoría de las personas siguen atrapadas, ya que el paso que va de la implicación a la solución es también un acto existencial. Es decir, asciendo a un nivel superior, lo cual implica una despedida de todo lo anterior. Esta realización nos mueve en lo profundo y, al mismo tiempo, nos convierte en personas solitarias. Al vivir en un pueblo angosto, por ejemplo, entre montañas, me encuentro estrechamente unido con todos. Ahora bien, en cuanto empiezo a subir la montaña, me distancio, veo cosas que nunca antes había visto, y puedo sentirme unido a muchas otras cosas y personas, pero nunca de la misma manera estrecha y segura que allí abajo, en el valle. Lo amplio y lo grande, por tanto, siempre llevan también a la soledad. Aparte de este aspecto, el niño que hay en nuestro interior también vive el paso de lo angosto a lo amplio como una culpa, como un dejar atrás el vínculo seguro, un dejar atrás la inocencia y el saberse acogido. Por tanto, el paso del problema a la solución únicamente se logra si, en vez de confiarnos a lo familiar y a lo conocido, nos abandonamos a algo desconocido que permanece inescrutable y oscuro. Esto, sin embargo, es un acto religioso, si así queréis llamarlo. Por tanto, como terapeuta nunca debo caer en la ilusión de que un proceso así pueda ser controlado o manipulado. Bien podemos facilitar algún que otro paso en el camino a esta meta, pero, cuando nos hallamos ante esas implicaciones tan profundas, *el desapego y la purificación*, si a pesar de todo se logran, son experimentados como un regalo, como una gracia, tanto por el terapeuta como por el cliente. Por tanto, el desapego y la purificación exigen la misma actitud y el mismo proceso interior, tanto por parte del terapeuta como por parte del cliente.

RITA Me preocupa un asunto relacionado con mi hermana. *(Empieza a llorar)*.
HELLINGER ¿En qué sentido es importante?
RITA Mi hermana fue asesinada. Su novio la apuñaló porque ella lo dejó, y ahora lo llevo todo yo.
HELLINGER ¿Le va mejor a tu hermana si tú lo llevas?
RITA No. Racionalmente ya sé que es así.

La mujer no puede tener hijos y ha adoptado a una niña

HELLINGER *(A Rita, después de una pausa entre sesión y sesión)* Configuraré a tu familia actual ahora. *(Al grupo)* Se trabaja donde haya la máxima energía. Antes, la máxima energía estaba con ella. Por eso empiezo con ella. *(A Rita)* ¿Estás casada?
RITA Sí.
HELLINGER ¿Tienes hijos?
RITA Una hija adoptiva.
HELLINGER ¿Una hija adoptiva? ¿Por qué?
RITA Porque yo no puedo tener hijos, y porque ambos lo queríamos, tanto mi marido como yo.
HELLINGER ¿Y la niña también lo quería?
RITA Creo que sí.
HELLINGER ¿Qué edad tenía la niña cuando la acogiste?
RITA Cuando vino a nuestra familia tenía cinco días.
HELLINGER ¿Por qué fue con vosotros?
RITA Porque la madre la dio en adopción. Aún estaba en el hospital y me esperaba allí.
HELLINGER ¿Y el padre de la niña?
RITA La madre no dio su nombre y, en lo que respecta a los papeles y demás, él no existe.
HELLINGER *(Al grupo)* ¡Curioso! Los hombres no valen nada en nuestra sociedad. ¡Con que patriarcado! *(A Rita)* ¿Ya se sabía antes del matrimonio que tú no podías tener hijos?
RITA No.
HELLINGER Es decir, ¿se supo cuando ya estabais casados?
RITA Sí.
HELLINGER ¿Cómo reaccionó tu marido?
RITA Para él no fue ningún problema que yo no pudiera tener hijos. Nunca puso en

cuestión la relación conmigo por ese motivo.

HELLINGER *(Al grupo)* Cuando uno de los cónyuges no puede tener hijos, no tiene ningún derecho a sujetar al otro. Y si el otro, a pesar de todo, se decide a seguir con la pareja, esta decisión debe ser valorada especialmente. Eso es importante. Así está claro y en orden.

RITA Le estoy muy agradecida.

HELLINGER «Agradecida» es una palabra de doble filo.

RITA Lo reconozco, sí.

HELLINGER «Valorar» es la palabra adecuada. Entonces está bien. Por este hecho tú tienes menos derechos que él. Simplemente es así.

OTRA PARTICIPANTE Si, como tú dices, la relación de pareja tiene prioridad ante la paternidad, no comprendo lo que acabas de decir. ¿No se trata principalmente de la relación de amor que existe entre ellos dos?

HELLINGER ¿Aporta algo tu objeción?

PARTICIPANTE Sí, quizá aporte algo.

HELLINGER No, solamente resta. *(Al grupo)* ¿Le ha ayudado a Rita? Le ha quitado seriedad. Es lo que se puede hacer con este tipo de objeciones; por tanto, son muy arriesgadas. Algunos hacen terapia en forma de objeciones. Cuando alguien les presenta un problema, solo hacen una objeción, por ejemplo: «No es para tanto».

PARTICIPANTE No he hecho ninguna objeción a las preguntas o las frases de Rita, sino a tu interpretación del asunto.

HELLINGER Esta es otra objeción. *(La participante se ríe. A Rita)* Configuraremos primero a tu familia de origen. ¿Alguno de vosotros, tú o tu marido, estuvisteis casados anteriormente, o

en una relación estable?

RITA Mi marido estuvo casado.

HELLINGER ¿Tuvo hijos de ese matrimonio?

RITA No.

HELLINGER ¿Por qué se separó?

RITA El motivo que yo conozco es que, en el fondo, no congeniaban. Por parte de mi marido –y solo conozco su versión–, se llegó al matrimonio por una cuestión de responsabilidad.

HELLINGER ¿Ah sí?

RITA Así lo dice.

HELLINGER Sí, así lo dice. *(Risas en el grupo)* Bueno, las personas que en un principio

necesitamos son la primera mujer, tu marido, tú, la hija adoptiva y los padres de esta. Este es el sistema. ¿Qué edad tiene la niña?

RITA Cinco años. *(Comienza a configurar a su familia)*.

HELLINGER *(Al grupo)* Vosotros comprobad interiormente si ella ha colocado a las personas de una manera centrada, o si únicamente seguía una idea preconcebida. Hay que mirar si la persona lo hace con seriedad; si no, hay que interrumpir la constelación. En ningún momento se pueden admitir medias tintas. Se trata de un asunto muy serio, y solo funciona si se hace con seriedad. En seguida se puede ver cómo la persona lo hace.

HELLINGER *(A Rita)* Ahora vuelve a configurarlo, pero centrada y con seriedad. *(Rita coloca a la hija adoptada al lado de su propia representante. Detrás de ellas dos posiciona a su marido y, a la derecha y a una cierta distancia de él, a su primera mujer. A la izquierda y a una cierta distancia de su propia representante pone a la madre biológica de la hija adoptada. Al padre biológico lo coloca lejos y de espaldas a todos los demás. Al grupo)* ¿Notáis adónde se dirigen las miradas de las personas en esta constelación? Todos miran al padre excluido. Allí está la clave para la solución.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el marido?

MARIDO Hacia allí, hacia mi primera mujer, siento una cierta tensión. Tengo la sensación de que debería tenerla aquí delante.

HELLINGER También puedes ponerte tú a su lado. Hazlo. *(El marido se pone al lado de su primera mujer. Al marido)* ¿Qué tal así?

MARIDO Mejor. En la otra posición estaba demasiado cerca.

HELLINGER ¿Qué tal la primera mujer?

PRIMERA MUJER Me encuentro mejor. Antes me sentía muy indignada por esta familia.

HELLINGER *(A la representante de Rita)* ¿Qué tal la segunda mujer?

SEGUNDA MUJER Estoy totalmente fascinada por la persona que está allá. *(Señala al padre biológico de la niña)* Hay algo a mis espaldas que no percibo. Curiosamente, no es desagradable que mi marido esté allí atrás ahora.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la niña adoptada?

NIÑA ADOPTADA Un poco apagada, sin energías.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la madre de la niña?

MADRE Siento el impulso de alejarme, es decir, quisiera marcharme, pero aún no se me ha dispensado. Me siento atada.

(Hellinger le indica al padre biológico de la niña que se gire hacia los demás. Después coloca a la hija al lado de él. A la madre biológica y a la representante de Rita les da la vuelta, de manera que miren hacia fuera y tengan al padre y a la niña a sus espaldas).

HELLINGER Esta es la solución. *(Al padre de la niña)* ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE En un principio, la sensación era que no formaba parte del grupo. Después, cuando el otro hombre se ha ido hacia atrás, se ha desarrollado una relación con la mujer que adoptó a la niña. Solo ahora, al venir la niña a mi lado, he comprendido realmente que era mi hija.

HELLINGER ¿Qué tal ahora la madre de la niña?

MADRE Me encuentro mucho mejor y me gustaría alejarme aún un poco más.

HELLINGER Hazlo, tranquilamente. *(La madre da unos pasos hacia delante, alejándose de los demás. Al grupo)* Esta mujer ha perdido sus derechos. La madre que da a un hijo en adopción pierde sus derechos. Aquí, los únicos que tienen un derecho sobre la niña son el padre y su familia. Ya que la niña no solo pertenece al padre, sino también a su familia: a sus padres y a sus hermanos. Allí es donde pertenece la niña. No simplemente al lado de él. Es un punto a tener en cuenta. No se puede buscar solamente al padre. También hay que buscar a los padres y a los hermanos del padre. Con ellos, la niña tiene un lugar seguro. Así pertenece a todo un sistema y no solamente al padre. Pero este sistema *(indica a la madre)* ha perdido todos los derechos. También podéis ver que el marido de Rita no está libre. Está clarísimo: este hombre no está libre; no está separado de la primera mujer.

PRIMERA MUJER Cuando la segunda mujer se ha girado, he tenido la sensación de que yo ya no debía estar aquí. Este no es el lugar adecuado para mí.

HELLINGER *(Al marido)* ¿Cómo te encuentras tú allí?

MARIDO De las tres posiciones, esta es la mejor para mí. Me encuentro muy bien. En la primera posición he tenido el contacto más débil con mi segunda mujer. Aquí, al lado de mi primera mujer, ya ha sido notablemente mejor. Ahora, al darse ella la vuelta, puedo establecer un contacto directo. Me encuentro bien así. Pero sobre todo me va bien en relación a la niña. El hecho de que esté al lado de su padre me alivia muchísimo.

HELLINGER Es allí donde pertenece. Está claro. Ahora ponte al lado de tu segunda mujer. *(El marido se pone a la derecha de la representante de Rita. A la representante de Rita)* ¿Cómo te encuentras?

SEGUNDA MUJER Mucho mejor desde que mi marido está aquí. Antes me encontraba terriblemente sola. Lo único que me irrita es la primera mujer.

HELLINGER *(A la primera mujer)* Cuando él ha pasado junto a su segunda mujer, tú te has retirado un poco. Ahora prueba a ver cuál es el lugar adecuado para ti.

PRIMERA MUJER Me gustaría alejarme aun un poco más.

HELLINGER *(Al grupo)* Cuando hay una segunda relación, cuando, como en este caso, el hombre tiene una segunda mujer, esta tiene que ponerse entre él y la primera mujer. Este paso exige auténtico valor. Solo si la segunda mujer se interpone de esta manera, la otra

se retira. En cambio, si el hombre se encuentra entre las dos mujeres, tiende hacia la primera. ¿Cómo se encuentra la niña ahora?

NIÑA ADOPTADA Bien. Me sorprende que no me moleste estar tan lejos. Aquí me encuentro mejor que antes.

HELLINGER *(A Rita)* Lo de la adopción no fue una buena opción.

RITA ¿Qué quieres decir?

HELLINGER Acabamos de ver lo que significa. Para arreglarlo, hay que hacer lo que aquí acabas de ver. Si quieres, puedes ponerte tú misma en tu lugar.

RITA *(Después de ocupar su lugar)* No me encuentro bien en esta posición.

HELLINGER ¿No?

RITA Porque no tengo ningún contacto con la niña.

HELLINGER Contigo no hay nada que hacer. *(Pausa prolongada)* Así es.

RITA ¿Cómo es?

HELLINGER ¡Pues así! Dije que no había nada que hacer contigo. De acuerdo, ya está.

El precio

HELLINGER *(Al grupo)* Cuando pasa algo así, una adopción tan a la ligera, en la que ni siquiera se intenta encontrar al padre, ni se le conceden a este derechos y responsabilidades, el precio que se paga es muy alto. De la manera que ella lo configuró, lo visteis en seguida: *por la niña sacrifica a su marido*. Él estaba apartado. Este es el precio que ella paga. El marido no tiene ninguna posibilidad en esta familia. Se marchará. *O se paga con un cónyuge, o con un hijo propio.* Eso también existe. Por ejemplo, existe la situación perversa de una pareja que adopta a un niño a la ligera y que, después, al quedar la mujer embarazada, acaba abortando. Este es el precio de la adopción. O, más tarde, como expiación, un hijo muere o se suicida.

La jerarquía de la responsabilidad

HELLINGER Una adopción únicamente es admisible cuando el niño lo necesita porque no tiene a nadie más. Pero al nacer un niño, no solo tiene un padre y una madre. Aquí se actuó como si la niña únicamente tuviera una madre. La niña tiene también unos abuelos y unos tíos, y estos son los primeros que entran en cuestión. Solo en caso de que

realmente no haya nadie más se puede recurrir a otras personas. En esas condiciones, la adopción es buena y grande; por lo demás, no.

Objeciones

HELLINGER Cuando sea mayor, esta niña se vengará de sus padres adoptivos porque le quitaron a sus padres y su red familiar, y lo hará con razón.

PARTICIPANTE Simplemente, no puedo oír estas profecías. Porque son profecías que vas profiriendo, y eso es sumamente peligroso.

HELLINGER Te contaré una historia:

Dos personas entran en una habitación, ven un cuadro, y uno de ellos dice:

–El cuadro está torcido.

El otro contesta:

–El cuadro está torcido porque tú lo has dicho.

Entonces el otro replica:

–Si es por eso que está torcido, ya puedes colocarlo bien.

Es una historia un poco confusa, pero no importa.

LA MISMA PARTICIPANTE La madre ha perdido sus derechos sobre esta niña. Eso lo comprendo. Pero ¿por qué no los perdió el padre, que no quiso saber nada de esta niña, que abandona a la madre, que ni siquiera deja su nombre? Según mi opinión, en este sistema también el padre ha perdido sus derechos. Por tanto, la niña estaba totalmente sola. Y en esa situación aparece Rita y la acoge.

HELLINGER *(Al grupo)* Ella aporta informaciones que nosotros no hemos recibido. Nosotros hemos recibido otras informaciones de Rita. Por eso, tampoco quiero entrar en detalles aquí. Es absolutamente hipotético. Rita ha dicho que la madre no dio el nombre. Eso es algo totalmente diferente. Desde luego, puedo hacer ver que no lo sé. Así la engaño. También puedo hacerlo. Si alguien lo quiere, lo hago. Cuando realmente quiero engañar a alguien, cedo a sus objeciones.

OTRA PARTICIPANTE Puede ser que el orden esté trastornado, pero eso no significa que para siempre tenga que ser así. ¿Qué posibilidades hay de restablecer el orden ahora?

HELLINGER Ya lo he mostrado. Esta sería la posibilidad.

LA MISMA PARTICIPANTE Pero aún tiene que haber otras posibilidades.

HELLINGER No. *El orden no puede ser manipulado.*

OTRA PARTICIPANTE Aquello del engaño no lo he comprendido; ¿si cedo...?

HELLINGER Cuando cedo ante una persona que hace una objeción de este tipo, la engaño.

De la misma manera que el sastrecillo valiente engañó al unicornio, dando un paso a un lado.

PARTICIPANTE ¿Piensas que es posible que la niña busque al padre en cuanto tenga la posibilidad de hacerlo?

HELLINGER No tendrá la posibilidad si los padres adoptivos están en contra.

PARTICIPANTE ¿Ni cuando tenga 15 o 20 años?

HELLINGER No. De esta manera se transfiere a la niña algo que solo pueden hacer los adultos.

PARTICIPANTE Quieres decir que es tarea de los padres adoptivos buscar al padre.

HELLINGER Sí, y no solo buscarlo, sino llevar a la niña con él y con su familia.

PARTICIPANTE ¿Y si estos no quieren tener a la niña?

HELLINGER Eso se verá. Entonces se actúa desde una perspectiva nueva.

OTRA PARTICIPANTE Eso es lo que quería decir cuando dije que aún tenía que haber una posibilidad de restablecer el orden.

HELLINGER *(Al grupo)* Decir esto ahora es justamente la clase de hipótesis que ella me reprochó antes. Esta es realmente una hipótesis. No se sabe nada, pero se dice: «¿Qué pasa si...?» Pero que el padre fue excluido, eso sí que lo sé. Que no querían tener a ese hombre lo he visto.

El derecho del niño de tener a sus padres

OTRA PARTICIPANTE Por tanto, según los datos que conocemos, para la solución no tiene ninguna importancia saber el motivo por el que la madre no revela el nombre.

HELLINGER No tiene ninguna importancia. No hay ninguna razón que lo justifique. *Si partimos de la existencia de unos derechos fundamentales, uno de ellos es el derecho del niño de tener a sus padres y a toda su familia*. En Alemania, este derecho está asegurado por la Ley: la niña debe tener la posibilidad de saber quién es su padre. La madre tiene que revelar el nombre del padre. La niña tiene derecho a conocerlo. ¿Qué orden jurídico es este si uno se arroga el derecho de privar a un niño de sus padres y de ponerse en el lugar de estos? O cuando a una madre en apuros se le da el consejo «bienintencionado» de que entregue al niño en adopción, o cuando una pareja sin hijos espera con ilusión que se dé algún niño en adopción. Es perverso, pero muchos lo consideran normal. Al igual que el niño tiene el derecho de conocer y tener a sus padres, también tiene el derecho de conocer y tener a su red familiar.

Mirar a las víctimas en vez de a los perpetradores

PARTICIPANTE Desde mi punto de vista, la constelación de Rita ha sido un primer paso, fuera cual fuera el resultado posterior. La información hasido que la madre no quería decir el nombre del padre, y yo pienso que también hay algo detrás. Desde entonces habrá habido un desarrollo y una dinámica, y quién sabe qué se encontrará esta niña cuando vaya a ver a su padre.

HELLINGER Quisiera prevenirte. El peligro está en que con tales reflexiones dispensemos a los adultos, pasando la carga a la niña, que de por sí es la más débil, en vez de dejarla con los verdaderos responsables, exigiéndoles que asuman su responsabilidad. Si busco justificaciones para la madre, no puedo enfrentarla con toda la gravedad de la situación. Si hago ver que existen justificaciones o desagravios, quizá mantenga una larga conversación con ella, pero el resultado será nulo. Solo si la madre encara de lleno su responsabilidad, se dará cuenta de lo que corresponde y, quizá, haga algo con ello. Tú misma debes llevar esta seriedad en tu interior, así podrás dejar la carga de la responsabilidad con los fuertes, en vez de agobiar al niño, como también lo hacen muchas entidades de protección de menores, o terapeutas. Aún quisiera responder a tu pregunta sobre las consecuencias de la constelación de Rita. *No debes hacer ninguna objeción contra la constelación.* Allí se ha mostrado la realidad. No he sido yo quien ha configurado la constelación; ha sido Rita. Yo solo he buscado la solución. Ahora bien, si dices que también podría ser de otra manera, que aún habría que hacer otra cosa más, reduces el impacto, y te arrogas el derecho de saberlo mejor que ella. Solo si reconoces plenamente la realidad, tal como se presenta, esta misma realidad puede seguir actuando. Así, de ella resulta el siguiente paso. En cambio, si dices que más tarde aún puede haber otra cosa, le quitas seriedad y fuerza. Por eso, al hacer una constelación, siempre voy hasta el límite. Le he hecho ver a Rita la gravedad de sus implicaciones, abiertamente, para que viera toda la seriedad. Solo entonces se puede hacer otra cosa después. *Son la gravedad y la seriedad las que realmente actúan*. Si se intenta mitigarlas, se les resta fuerza. En todo momento tenía la mirada puesta en la niña y en su padre. Con ellos estaba aliado, porque ellos llevan la carga y ellos son las víctimas. Con la atención puesta en ellos, encuentro la solución. En cambio, apartando la mirada de ellos y centrándola en la madre y en la pareja, que se une a ella en contra del padre, malogro la solución. Así, únicamente justifico al perpetrador y el problema, en vez de ayudar a las víctimas.

El paso siguiente

RITA Cuando la niña vino con nosotros, quise hacer algo. *(Rompe a llorar)* Fui a la iglesia para poner un ramo de flores y rezar por la madre de la niña. Nunca tuve la sensación de que hubiera una culpa por mi parte que nos separara. Ni siquiera pensé en el padre. Pero que tenía que hacer algo ya lo sabía en aquel entonces.

HELLINGER *Uno de los problemas principales en psicoterapia es que muchas mujeres actúan como si los padres no tuvieran derechos*. Ni siquiera se cuenta con ellos, como si todo lo que afectara a los hijos solo fuera asunto de las mujeres. Asimismo, llama la atención que muchos terapeutas varones apenas muestren comprensión para con los hombres. Se fían de lo que las mujeres dicen cuando estas los condenan, y toman partido a favor de ellas. Así, sin embargo, ya no puede haber ninguna solución. Solo si el terapeuta, en su corazón, le concede un lugar al que fue excluido, tiene fuerza. Yo tengo la fuerza para la solución porque el padre de la niña tiene un lugar en mi corazón. En seguida lo tuvo. Por tanto, también sé y encuentro la solución. *(A Rita)* Aún se puede arreglar, ¿de acuerdo? *(Rita asiente con la cabeza)*.

HELLINGER Ahora se aclara un poco tu cara.

RITA Se hace más llevadero.

UNA PARTICIPANTE Por una parte, estoy realmente impresionada por lo que dices. Hay en tus palabras una sabiduría tan increíble que me conmueve y me emociona, y en mi interior siento que se sacia ese anhelo que tantos otros seguramente conocerán también: aquí, por fin, hay alguien que nos dice por dónde va el camino, que sabe lo que está bien y lo que está mal. Al mismo tiempo, sin embargo, surge un inmenso malestar porque lo considero peligroso. Una y otra vez aparecen generalizaciones, y, justo en esta mezcla con verdades que dices, lo encuentro destructivo; por ejemplo, esa profecía de antes, de que todo está trastornado, de que todo está mal. Hace un momento, lo suavizaste un poco y le diste a Rita la posibilidad de encontrar una solución.

HELLINGER Ese fue mi siguiente paso.

PARTICIPANTE Sí, solo quería expresar que me siento confusa.

HELLINGER Sin el primer paso no puede darse el segundo. Pero te diré cómo se manejan la confusión y el malestar. Cuando te sientes tan afectada y notas que interiormente te resistes, mira en vez de quedarte reflexionando. Mira el asunto, mira hasta qué punto es acertado lo que digo al respecto, y hasta qué punto no lo es. Si tú lo percibes de otra manera y me lo dices, me sirve de corrección. Así sé: «Ajá, aquí hay un aspecto que no he visto». De esta manera, entramos en un diálogo. Ya has visto que cuando una persona seriamente me dice algo que se basa en su propia observación, siempre lo tomo muy en serio. También Rita acaba de añadir algo que proviene de su propia observación. Ahora bien, si tus objeciones son puramente imaginarias, no podemos entrar en un diálogo. Si antes hubieras mirado siempre a Rita, habrías visto lo que se ha impulsado, los efectos que ha tenido y lo que cambia. Cuando una persona formula una objeción justificada, lo

importante es que mire a la persona en cuestión. Así, centrando la atención en esa persona, se puede preguntar: ¿qué efectos tendrá mi objeción si la expreso? ¿Servirá para fortalecer o para debilitar a esta persona? ¿Será alimento o veneno? En seguida tiene un criterio para saber si la objeción ayuda u obstaculiza. ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Sí.

La solución a través del desapego

UN PARTICIPANTE En mi interior se está moviendo algo. Durante la constelación, he estado mirando a la madre de la niña, cómo una y otra vez se sonreía, sobre todo con la idea de alejarse aún más y de despedirse. Lo que me da mucho que pensar es el vínculo con la red familiar del que hablas, es decir, que un hijo adoptivo, independientemente de los límites legales, pertenece al sistema familiar de sus padres biológicos. Hasta ahora lo veía como un gran mérito cuando unos padres acogían a un niño. Lo consideraba un acto de humanidad, y solo al buscar a mi propio padre, que desde el divorcio de mi madre vivía muy lejos de nosotros, me di cuenta claramente de lo importante que me era el buscar y el encontrarlo, a pesar de que mi madre hablara muy mal de él. Puedo imaginarme que este paso sería un alivio para la niña. Pero aún no sé qué hacer con todo esto, porque creo que no es ninguna solución definitiva.

HELLINGER No comprendo lo que quieres decir.

PARTICIPANTE No sé qué entiendes exactamente por solución. Lo que acabamos de ver aquí no puede ser ninguna solución en el sentido de un punto final.

HELLINGER Es una solución en el sentido de un punto final; ¡exacto!

PARTICIPANTE ¿Cómo?

HELLINGER La solución en este caso es definitiva.

PARTICIPANTE ¿Sí?

HELLINGER La palabra «solución», en su sentido original, tiene un doble sentido. La solución a través del desapego.

PARTICIPANTE ¿En el sentido de una disolución?

HELLINGER Dije: la solución a través del desapego. *(Al grupo)* Ha vuelto a minimizarlo. *(Pausa prolongada)* Quería expresar exactamente lo que dije. No fue ningún juego, ni ninguna intervención paradójica, ni nada similar.

Lo espantoso

RAIMUND Ahora estoy más tranquilo. Antes me encontraba mareado. Tenía la sensación de que en mi barriga se iba formando todo un conglomerado de un montón de cosas. Y aún siento una especie de terror que me ha entrado al oír tus palabras de «No hay nada que hacer contigo». Me parecía demasiado apodíctico y me sonaba a «Ahora te dejo caer; ya no quiero tener nada que ver contigo». A lo largo de la ronda, esta impresión se ha ido disolviendo.

HELLINGER *El terror solo puede vencerte si apartas la mirada.* Si te hubieras fijado en Rita y en mí, habrías percibido algo diferente. Pero algunos cierran inmediatamente los ojos cuando oyen una frase así, y empiezan a crear sus propias imágenes. Y esas son las terribles.

RAIMUND Aún me he hecho otra imagen que ha sido terrible. Me he imaginado...

HELLINGER ¿Te das cuenta de cómo acabas de apartar la vista?

RAIMUND Sí, es cierto.

HELLINGER Prueba a ver si puedes decir lo que querías decir manteniendo la mirada puesta en mí. Es muy difícil, ¿lo ves? *Las «grandes ideas» solo se pueden tener con los ojos cerrados. (Risas en el grupo. Al grupo)* Ahora mismo acaba de apartar otra vez la vista. *(A Raimund)* Se puede ver en seguida si estás en contacto o no. Este mantenerse en contacto y el limitarse a la percepción inmediata son muy difíciles. Es una gran renuncia a la libertad; a la libertad para lo terrible.

RAIMUND Realmente eres bastante fuerte.

HELLINGER Sí, lo soy. ¿Sabes por qué? Porque el mundo me parece bien tal como es, también lo espantoso. Puedo asentir a ello, tal como es. Así, también puedo decir estas cosas, porque asiento a ello. *Todo lo grande saca su fuerza de lo espantoso;* y quien pretende apartar la vista de este hecho hace castillos en el aire.

RAIMUND Creo que, cuando aparto la vista, interiormente busco el impulso de decir algo más.

HELLINGER De esta manera te debilitas, ya que así no apareces como una persona íntegra ante el otro. Solo tienes fuerza si conservas tu integridad. ¿Cómo te encuentras ahora?

RAIMUND Tengo más energía.

HELLINGER Aún te diré otro secreto: *el terapeuta es un guerrero*. Y necesita el valor del guerrero. El guerrero va hasta el límite, porque solo allí se toman las últimas decisiones. En el último extremo, las posibilidades parecen ser 50 a 50, pero en la práctica, para el que osa ir hasta el límite, son 99 a uno, ya que *la realidad que se toma en serio es bondadosa*. Recompensa a la persona que la toma en serio. Si no se le toma en serio, se venga. La realidad también comprende las consecuencias de nuestros propios actos. Por tanto, el terapeuta ayuda a las personas que le piden consejo a que asuman estas consecuencias, aunque les exija el máximo esfuerzo, ya que así puede venir algo bueno

después. No les hace creer que podrían evitar las consecuencias a la ligera, porque los efectos serían nefastos, sobre todo para otros, totalmente inocentes.

Compasión y olvido

UNA PARTICIPANTE Este tema me hace pensar mucho, porque, por una parte, me he dado cuenta de la imprudencia que puede cometerse en la tramitación de muchas adopciones. Esto por un lado. Por el otro, también vi las reacciones de Rita, y no puedo imaginarme que la solución sea la de desprenderse de la niña.

HELLINGER Te contaré una historia sobre la compasión. Hubo una vez un tal Job que lo había perdido todo, estaba lleno de llagas desde la planta de los pies hasta la cabeza y se encontraba sentado en el estiércol. Cuando sus amigos se enteraron, vinieron para consolarlo. ¿Sabes lo que hicieron? Se sentaron en el suelo, a una cierta distancia y, durante ocho días, no dijeron ni una palabra. Aquellos eran amigos con fuerza. Los terapeutas quizá hubieran ido a verlo, diciendo: «No es para tanto, ya mejorará», o algo por el estilo. Esa actitud, sin embargo, no corresponde a la profundidad del dolor. El intento de minimizarlo con palabras no corresponde a la magnitud del dolor. Además, aún hay otro punto importante que hay que tener en cuenta: *cada persona tiene la fuerza para su problema* y para su solución. Solo ella y nadie más. Cuanto más te preocupes por ella, más la debilitarás. Te daré un ejemplo de cómo manejarlo. *Yo me he olvidado de Rita* –en gran parte. Solo cuando vuelva a tratar con ella, volveré a pensar en ella. Antes no. Una vez, en un grupo, hubo una mujer que, el segundo día, salió del seminario toda alterada, en grave peligro de suicidio, y muchos temían que se suicidaría realmente. Yo me olvidé de ella. No pensé más en ella. Simplemente me olvidé. El último día del seminario, algunos dijeron que la habían visto ir al bosque con una manta. Otra vez, muchos tuvieron la fantasía de que se suicidaría. Yo, sin embargo, me olvidé de ella. No la echaba en falta en el grupo. Diez minutos antes de acabar el seminario, entró por la puerta, y en diez minutos arregló todo lo que había que arreglar. Tuvo la fuerza de hacerlo porque yo me había olvidado de ella. Toda preocupación por ella le hubiera restado fuerza. Sin embargo, a pesar de todo, estaba en sintonía con ella. El hecho de que me olvidara fue el mayor respeto hacia ella, ya que, *olvidándome de ella, la confío a su alma*. No hay nada mejor. Pero eso requiere mucha fuerza. El preocuparse de los demás es más fácil. A veces el pecho se infla; de tanto aire.

Oír y ver

OTRA PARTICIPANTE Me encontraba en un tira y afloja entre el terror y el asombro, y no podía relacionar lo uno con lo otro. Creo que ahora lo tengo un poco más claro: el terror se refiere a las palabras que oí, y el asombro se refiere a lo que vi, y noto que tengo que confiar más en lo que veo que en lo que oigo.
HELLINGER Las palabras son el impulso; las palabras justas.

La misma culpa tiene los mismos efectos

UNA PARTICIPANTE Has dicho que, si una mujer da sus hijos en adopción, pierde su derecho sobre los hijos. Hasta aquí estoy de acuerdo, pero ¿qué ocurre cuando un hombre lo hace? ¿Hay alguna diferencia?
HELLINGER Es exactamente lo mismo. No hay ninguna diferencia.

La solución exige renunciar a las objeciones

UN PARTICIPANTE Sigo teniendo la idea de que el desenlace para Rita aún es un interrogante y que la constelación solo ha mostrado el siguiente paso. También podría ser que el padre abandonara a la niña de la misma manera que lo hizo la madre.
HELLINGER Sobre este punto quisiera decirte algo. Cuando he dicho que no había nada que hacer con ella, para mí, estaba clarísimo que era así. No he hecho ninguna objeción. Lo he encarado plenamente. Si al final ha resultado ser diferente, ha sido porque lo he tomado absolutamente en serio. He renunciado a todo tipo de preguntas y objeciones hipotéticas, y, si hubiera sido de otra manera, también estaría de acuerdo. Esta es la diferencia. *La renuncia a este tipo de pensamientos es la verdadera disciplina espiritual* y exige dar un paso hacia la penumbra.
PARTICIPANTE A pesar de todo, me ha surgido la imagen y te lo quería decir.
HELLINGER El hecho de que te surgiera no quiere decir que ya de por sí sea cierta. Algunos piensan que, si tienen una imagen, esta ya es cierta, o, si sienten algo, es cierto. Pero no es así. Sin embargo, existen imágenes que provienen de una mirada centrada a la penumbra, sin intenciones, sin objeciones, sin temor. De repente surge una imagen de la solución. Esta tiene otra cualidad que las imágenes que yo me hago o que simplemente me vienen. Cuando surge y se comunica una imagen de ese tipo, da en el blanco.

Comprensión y realización

RITA He ganado un montón de cosas que hace tiempo sabía que me incumbían, y, si puedo, me gustaría describir esto. Últimamente estoy haciendo una terapia individual...

HELLINGER Quisiera interrumpirte. *(Al grupo)* ¿Veis como ahora es más fuerte que antes? ¿Lo veis? ¿Lo centrada que está? Nada de lloros o así, todo eso ya no está. Eso muestra la efectividad de la intervención. *Por los efectos se reconoce la calidad de la intervención. (Rita se ríe. A Rita)* ¿Lo ves? ¡Exacto! Esta es la fuerza buena. De acuerdo, sigue.

RITA Sí. De mi terapia sé que lo que aún debo trabajar es la cuestión del desapego, y veo aquello que me ha dicho más bien en un sentido simbólico. En el momento en que me aparto de la niña para dirigirme a mi marido, le doy a la niña la posibilidad de librarse de mí, y creo que este es nuestro conflicto, que también me agobia bastante. Lo que es la solución lo describo con el concepto de «coauténtico».

HELLINGER Deja el concepto. Lo que acabas de describir estaba totalmente claro.

RITA Creo que la solución consiste en permitirle a la niña que sea libre. Si lo logro...

HELLINGER No, no, la niña no es libre. La niña pertenece a sus padres, y, allí donde pertenece, también se la debe llevar. Y tú tienes que ayudarla y llevarla con su padre y con su familia. Allí puede crecer. En cuanto das este paso, la niña se dirigirá a ti llena de gratitud. Este es el otro lado. Porque así se la respeta.

RITA Aún tengo dificultades con la realización de algo así; me pregunto cómo podría hacerse.

HELLINGER Ahora tienes una imagen, y esta imagen actúa por ti. No debes actuar inmediatamente. Debes esperar hasta que de la imagen interior te brote la fuerza. De repente, cuando sea el momento, todo va rápido y de una manera muy sencilla. La comprensión aún no es la realización. La comprensión y la realización muchas veces van separadas. Cuando una persona actúa inmediatamente después de llegar a una comprensión, con frecuencia hace justo lo contrario de lo que la comprensión le exige. Después de llegar a la comprensión, muchas veces no se puede ni se debe actuar, aunque la comprensión sea correcta. Lo mismo ocurre en este caso. Ahora aún te quedas con la imagen, vas gestando la imagen hasta que surja la fuerza. ¿De acuerdo?

RITA Lo que me crea dificultades es lo siguiente: no puedo seguir tus palabras acerca de que tomamos la decisión a la ligera, o que fue una adopción a la ligera. Lo siento, pero durante años estuve dando vueltas a estas preguntas y estuve buscando, y no me lo hice fácil, en absoluto.

HELLINGER Toma mis palabras como una descripción objetiva. Es decir, subjetivamente fue absolutamente serio para ti, pero si se mira la situación desde fuera, fue a la ligera. Desde luego es cierto que, desde tu punto de vista, no tenías otra opción. Por tanto,

tampoco tienes que arrepentirte de nada. Eso no lleva a ninguna parte. Aunque fuera equivocado, y justamente porque fue equivocado, de allí nace una fuerza que antes no había. El desvío no fue ningún desvío. Fue un camino en el que ganaste un sinfín de experiencias que más tarde te servirán. Por tanto, no fue en vano, tampoco para la niña. ¿Puedes tomarlo así?

RITA Sí, pero aún no puedo descubrir el sentido, pero ya vendrá.

HELLINGER En uno de los libros de Carlos Castaneda sobre el chamán Don Juan, hay un pasaje precioso sobre los enemigos del saber. El primer enemigo del saber es el miedo. Quien supera el miedo gana claridad, y la claridad se convierte en su siguiente enemigo. Quien vence la claridad gana poder, y ahora el poder se convierte en su siguiente enemigo. Quien supera también al poder casi ha alcanzado la meta, pero entonces viene el enemigo más difícil: la necesidad de tranquilidad. Este enemigo nunca se deja vencer del todo. Pero al final, para un momento, se puede echar una mirada al saber, y para ese momento valió la pena todo lo demás. ¿De acuerdo?

RITA Sí.

Niños heredados

ALBERT Tengo tres hijos propios y vivo en una relación de pareja desde hace 20 años. Ahora, por un testamento, me fueron entregados formalmente los cuatro hijos de una familia en la que el padre y la madre murieron. Para mí se trata de cómo solucionar este problema.

HELLINGER No debes aceptarlos. Eso no va. Para eso están los familiares. Solo si no hubiera nadie más, podrías ofrecerte, pero si no, no. Es imposible dar unos hijos en herencia, ¡dónde se ha visto cosa igual! ¿Al menos recibiste dinero de ellos?

ALBERT No, no.

HELLINGER ¿Solo los niños? Deben de considerarte un idiota.

ALBERT Es posible.

HELLINGER No debes acogerlos. Es un deber ante tu propia dignidad.

ALBERT Aún hay preguntas al respecto que me preocupan. Antes de que los familiares supieran de la existencia de este testamento, en seguida repartieron a los niños entre ellos, y en todo eso sí que hubo cosas que yo no veía claras.

HELLINGER Deja que ellos hagan como les parezca. Tienes que mantener libre tu alma de cualquier pensamiento sobre lo que está ocurriendo en esa familia. Ni siquiera lo debes saber. ¿Algo más, Albert?

ALBERT Puedo seguir tus palabras en dos partes. Una parte es...

HELLINGER No, no, no. *(Al grupo)* Ahora comprobaré vuestra percepción: ¿de dónde viene la fuerza positiva? ¿De lo que he dicho yo o de su objeción? Mirándolo a él, podéis percibirlo en seguida. La percepción y su fuerza inmediatamente se retiran de quien, mediante preguntas, pone en cuestión lo que acaba de percibir. Se venga por la objeción.

El padre aceptó que su hija no matrimonial fuese adoptada por el actual marido de la madre

RAIMUND Soy psicólogo, estoy casado y tengo dos hijos. De una relación anterior tengo una hija no matrimonial que ahora vive en otro continente.
HELLINGER Se ha ido muy lejos. ¿Qué edad tiene?
RAIMUND Va a cumplir 16 años. Su madre emigró con otra pareja.
HELLINGER ¿Cómo es tu relación con ella?
RAIMUND Hace seis años, pasó otra vez dos años en Alemania, y durante ese tiempo tuvimos una relación muy buena. Ahora, la relación corresponde a su edad. Es decir, recibo una carta de agradecimiento por los regalos de Navidad, y otra para mi cumpleaños. De vez en cuando nos enviamos algún vídeo. Me gustaría configurar a mi familia ahora.
HELLINGER De acuerdo, configúrala.
RAIMUND Empiezo con mi ex novia.
HELLINGER ¿Cómo? ¿Con quién empiezas?
RAIMUND Con mi ex novia.
HELLINGER Empiezas con tu primera mujer.
RAIMUND No estuvimos casados.
HELLINGER Empiezas con tu primera mujer.
RAIMUND De acuerdo, comprendo y me inclino con humildad.
HELLINGER He tomado la defensa de la persona menospreciada. ¿Quién más forma parte de la familia?
RAIMUND La hija que tuve con esta primera mujer. Después, mi segunda mujer, con la que tengo una hija y un hijo.
HELLINGER ¿Alguno de vosotros estuvo casado anteriormente o en una relación estable?
RAIMUND Mi primera mujer. Yo fui el motivo por el que se separó.
HELLINGER ¿Hubo hijos de ese matrimonio?
RAIMUND No. Ese también fue un motivo por el que se rompió el matrimonio. El marido

no podía tener hijos.

HELLINGER Esta es una información importante, porque así no hubo ningún vínculo profundo. La parte legal tiene poca importancia en esos casos.

RAIMUND Inmediatamente antes de que nos conociéramos, mi mujer actual tuvo una relación durante dos años que acabó de una manera muy caótica.

HELLINGER Cuando la segunda mujer también estuvo casada, funciona mejor que si uno «sin usar» toma a otro «usado».

RAIMUND Mi primera mujer tiene una nueva pareja.

HELLINGER ¿Tienen hijos?

RAIMUND No, pero su compañero ha adoptado a mi hija. ¿Eso tiene alguna importancia?

HELLINGER Sí que tiene importancia. Se vengará gravemente de él. Eso no se debe hacer nunca. Y tú, ¿no protestaste?

RAIMUND No, estuve de acuerdo.

HELLINGER ¿Estuviste de acuerdo? ¡Por Dios! Entonces, la hija se enfadará contigo. Tienes que decirle que te retractas y que ella sigue siendo tu hija, con todos los derechos. ¡No puedes entregarla nunca a otro hombre! *(Raimund coloca a su primera mujer hacia la derecha y a una cierta distancia de su propio representante, mirando hacia fuera. Delante de ella, mirándola, coloca a la hija que tienen en común. Hacia la izquierda y también a una cierta distancia posiciona a su segunda mujer. Detrás de ella coloca a la primera hija de esta segunda relación. Su tercer hijo se encuentra a la izquierda del representante de Raimund. Tanto la segunda mujer como los hijos de la segunda relación lo miran. A Raimund)* ¿Cómo ha sido tu sueño de esta mañana?

RAIMUND He soñado que mi hijo estaba delante de la puerta.

HELLINGER Desde luego quiere decir que tú estás delante de la puerta. Aquí lo puedes ver. ¿Cómo se encuentra la primera mujer?

PRIMERA MUJER Me duele la espalda. Aquí atrás tengo una sensación muy extraña, una especie de atracción. Al mismo tiempo, sin embargo, no puedo moverme en esa dirección. Es muy curioso.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la primera hija?

PRIMERA HIJA Cuando me encontraba sola con mi madre, me sentía bien. Ahora empiezo a notar una especie de retortijones en el estómago, un cosquilleo. Desagradable, pero no amenazante.

HELLINGER *(Al representante de Raimund)* ¿Qué tal el marido?

MARIDO Con mi familia actual me encuentro bastante bien. Pero aquello de allá, con mi primera mujer y con mi hija, es desagradable. Mis otros dos hijos protegen este espacio.

HELLINGER ¿Qué tal la segunda mujer?

SEGUNDA MUJER No muy bien. Es decir, de alguna manera, siento que hacia el hombre la relación no es buena. Es más bien como un enfrentamiento.

HELLINGER Lo es.

SEGUNDA MUJER Sí, y con los hijos tampoco es armónico. Tengo la sensación de que mi hija no debería estar así, de lado, detrás de mí. Con mi hijo todo parece un poco mejor porque hay cierto contacto visual. Para entrar en contacto con mi hija, tendría que girarme.

HELLINGER *(A la primera mujer, al ver que sus dolores de espalda van empeorando constantemente)* Date la vuelta para que te encuentres mejor. No puedo dejarte aquí dentro con estas reacciones. *(Lleva a la primera mujer al lado de su hija. Ambas miran al representante de Raimund)* ¿Qué tal la segunda hija?

SEGUNDA HIJA No me encuentro nada bien. Me siento expuesta, sin cobijo e indefensa.

HELLINGER *(A Raimund)* Ella tiene los sentimientos de la primera hija.

RAIMUND ¡Es asombroso, se escriben muchísimo!

HELLINGER Tiene los sentimientos de ella. *(Al hijo)* ¿Qué tal el hijo?

TERCER HIJO Tengo la sensación de que debería respaldar a mi padre. Me siento utilizado.

HELLINGER *(A Raimund)* Estos dos están delante de la puerta: tú y tu hijo, vosotros dos. Ahora haremos el primer cambio importante. *(Lleva a la primera hija al lado derecho de su padre)*.

PRIMERA HIJA No es agradable estar aquí. Me gustaría apartarme un poco.

HELLINGER Prueba a ver.

(La hija se aparta un poco del padre).

PRIMERA HIJA Sobre todo ella [la segunda mujer] me mira tan fijamente... Me parece una amenaza.

(Hellinger introduce también al segundo marido de la primera mujer, colocándolo al lado derecho de esta. A continuación, posiciona a la hija a la izquierda de la madre).

HELLINGER ¿Qué tal ahora para la primera hija?

PRIMERA HIJA Es mucho más agradable cuando mi madre está a mi lado.

HELLINGER *(Al representante de Raimund)* ¿Qué ha cambiado para el marido?

MARIDO Para mí, ha sido agradable que viniera mi primera hija. Pero entonces me parecía que la relación con mi segunda mujer peligraba. Mi primera hija me atrae, pero no quiero dejar a mi familia actual; es un tira y afloja.

HELLINGER ¿Qué ha cambiado para la segunda hija?

SEGUNDA HIJA Me siento en medio. O sea, hacia mi padre no hay nada; en ese aspecto sigo sin notar ningún cobijo. Preferiría girarme hacia mi hermana mayor. No sé adónde

ir. Cuanta menos relación hay aquí [con el padre], tanto más atractiva me resulta mi hermana mayor.

HELLINGER *(A Raimund)* Esta hija se siente como su hermana mayor. Aquella también se siente en medio. *(A continuación, coloca a la segunda mujer a la izquierda de su marido. A los dos hijos de este matrimonio los posiciona primero enfrente de los padres y después a la izquierda de la madre, por orden de edades)* ¿Cómo se encuentra la segunda mujer?

SEGUNDA MUJER El hecho de que los hijos, en un principio, estuvieran enfrente de nosotros no me gustaba. Ahora que están a mi lado, me encuentro mejor.

HELLINGER ¿Qué tal ahora para la segunda hija?

SEGUNDA HIJA Mejor. Más resguardada.

TERCER HIJO Para mí, también está bien.

HELLINGER *(A Raimund)* Los hijos no se fían de ti. Se fían más de la madre.

TERCER HIJO Cuando vino la primera hija, me sentí aliviado. De repente se me quitó una presión. Ahora tengo una sensación muy agradable.

HELLINGER *(A la primera hija)* Ahora prueba a ver hasta qué punto te atreves a acercarte al padre.

(La hija se acerca primero al padre, después, sin embargo, vuelve al lado de la madre).

PRIMERA HIJA No me atrevo a dar ni un paso. Prefiero quedarme aquí, al lado de mi madre. Me agrada ver a mis hermanos. Lo divertido es que cuando mi hermana se ha alejado, por una parte estaba triste de que se fuera, pero por otra parte también me he alegrado de ver a mi hermano. Él es totalmente nuevo para mí. No me encuentro mal. También necesito verlos a ellos dos al lado de mi padre; eso es importante para mí.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la primera mujer?

PRIMERA MUJER Maravillosamente. Por primera vez no veo directamente a la otra familia. Antes veía mucho más a su segunda hija que a la mía.

HELLINGER ¿Qué tal el segundo marido?

SEGUNDO MARIDO Así está bien.

HELLINGER *(A Raimund)* Al autorizar la adopción de tu hija, has perdido los derechos sobre ella. Y ella reacciona en consecuencia.

RAIMUND Sí.

HELLINGER En un segundo matrimonio nunca deben adoptarse los hijos de un primer matrimonio o de una primera relación de uno de los cónyuges. Es fatal para los hijos y destruye el orden.

RAIMUND Pensaba que sería mejor para ella.

HELLINGER Estos son razonamientos puramente racionales. Pero puedes arreglarlo en

parte, diciéndole que lo sientes y que ella puede fiarse de que seguirás siendo su padre, pase lo que pase. Que siempre podrá contar contigo y que tendrá todos los derechos, al igual que tus otros dos hijos, por ejemplo, en la herencia u otros asuntos similares. Así, habrá una distensión. ¿Quieres ponerte tú mismo en tu lugar?

(Raimund ocupa su lugar y mira a su alrededor).

RAIMUND Pacífico, es totalmente pacífico.

HELLINGER Una vez encontrado el orden, todo se vuelve pacífico. Entonces cada uno tiene su lugar. Acércate un poco más a tu hija, a ver qué tal. *(A la hija mayor)* ¿Estás reconciliada si se acerca a ti?

PRIMERA HIJA ¡Ay sí! Me lo puedo imaginar muy bien. *(Se ríe)*.

HELLINGER *(A Raimund)* Este sería el siguiente paso. [La hija mayor de Raimund ha sido representada por Rita]. *(Al grupo)* En relación al tema de la adopción aún os contaré una historia. Está muy poco cifrada y se titula *La vuelta a casa.*

La vuelta a casa

Al lado de un gran bosque vivían un leñador y su mujer. Tenían una única hija, una niña de tres años, pero eran tan pobres que muchas veces no sabían ni qué darle de comer. Un día vino a verlos la Virgen María y les dijo:

–Vosotros sois demasiado pobres para cuidar a la niña. Traedla conmigo; yo me la llevaré al Cielo, seré su madre y la cuidaré.

Al oír estas palabras, el corazón se les encogió, pero se dijeron:

–¿Quiénes somos nosotros al lado de la Virgen María?

Así pues, obedecieron, cogieron a la niña y se la entregaron a la Virgen María. Esta se la llevó al Cielo. Allí comía pan blanco, bebía leche dulce y jugaba con los ángeles. Secretamente, sin embargo, añoraba a sus padres y la bella tierra.

Cuando la niña tenía 14 años, la Virgen María nuevamente quiso salir de viaje, ya que también ella a veces sentía nostalgia de la tierra. Así, llamó a la niña y le dijo:

–Guarda tú las llaves de las 13 puertas del Cielo. Doce puertas puedes abrir y admirar las maravillas que encierran, pero la decimotercera, a la que pertenece esta llavecita, te está vedada. No se te ocurra abrirla; ¡de lo contrario, ocurrirá una desgracia!

Entonces la niña prometió:

–¡Nunca pisaré la decimotercera sala!

En cuanto partió la Virgen María, la niña se fue a ver las moradas celestiales. Cada día abrió una de las puertas, hasta llegar a la duodécima. Detrás de cada una de ellas se

hallaba un hombre, un apóstol, rodeado de gran esplendor, y en cada ocasión la niña se deleitaba de la hermosura que percibía. Finalmente, la única puerta cerrada era la prohibida, y la niña se sentía intrigada por saber qué se escondía detrás de ella. Así pues, en un momento que se encontraba sola, pensó: «Ahora estoy sola y podría entrar; nadie lo sabrá si lo hago». Cogió la llavecita, la introdujo en la cerradura y le dio la vuelta. Inmediatamente se abrió la puerta y la niña se sintió atraída por una incandescencia dorada. Este debió de ser el santuario sacrosanto. La niña misma se enardeció, impetuosamente entró en la sala, rozó el oro con su dedo y se estremeció de placer como nunca antes lo había conocido. En ese momento recordó la prohibición de la Virgen María; salió corriendo por la puerta y la volvió a cerrar. Pero ahora su dedo parecía convertido en oro. La niña quería lavarse las manos para quitarse el oro, pero por mucho que lo intentara no había manera de sacarlo. Así pues, esperaba la vuelta de la Virgen María llena de temor. Esta, sin embargo, se tomaba su tiempo. Se sentía a gusto en la tierra, y cuando volvió al Cielo estaba muy contenta. Llamó a los ángeles y a la niña y les contó las novedades de la tierra. Allí, los hombres tenían unas cajas extrañas: bastaba con apretar un botón para ver lo que ocurría en la tierra.

Un día, así contaba, había visto de esta manera a una mujer que osó seguir a los gorilas de montaña. Fue muy peligroso porque los gorilas eran ocho veces más fuertes que los hombres. Pero los gorilas permitieron que se les acercara y, un día, un macho gorila llegó a estar tan cerca de ella que pudo acariciarlo en la espalda. Era totalmente manso y dejó que lo tocara. Después, unos indígenas le trajeron un bebé gorila que había perdido a sus padres y estaba extenuado. La mujer lo acogió como una madre, le daba leche dulce para beber y lo cuidaba tan bien que pronto se recuperó. Pero vio que, por mucho que amaba a aquel bebé que no era suyo, este echaba de menos a los demás gorilas. Así, un día se lo llevó en una de sus excursiones, y, cuando encontró al grupo de gorilas, les tendió al bebé en sus brazos. En cuanto el mayor de los gorilas vio al bebé, saltó hacia ella gritando, le arrebató el bebé, volvió corriendo a su grupo y entregó el pequeño a una hembra que se puso a amamantarlo en seguida. La mujer, sin embargo, no había sido atacada en ningún momento, y vio que el pequeño gorila se encontraba bien entre los suyos.

Muchas otras historias contó la Virgen María, de manera que se olvidó de preguntar por las llaves. Sin embargo, a la mañana siguiente llamó a la niña para que le trajera las llaves.

–¿Realmente no estuviste en la decimotercera cámara? –inquirió.

–No –contestó la niña–, como lo prohibiste...

–¿Y por qué escondes la mano detrás de la espalda?

Y le ordenó:

–¡Enséñame también la otra mano!

La niña se avergonzó, pero como no servía de nada negarlo, sacó la otra mano de detrás de la espalda y le enseñó el dedo dorado. Al verlo, la Virgen María suspiró diciendo:

–En algún momento debía suceder.

Y se quitó sus guantes blancos y –¡qué sorpresa!– también ella tenía un dedo dorado.

Así pues, le dijo a la niña:

–Ya que sabes lo uno, también sabrás todo lo demás. Vuelve a la tierra, donde hay padres y hermanos, y hombres y mujeres y niños. La niña se alegró y le dio las gracias. La Virgen María le ayudó a preparar su hato y, para proteger la prueba de su conocimiento, al despedirse le entregó un par de guantes blancos.

ENFERMEDAD Y SALUD

Amor que enferma, amor que sana

Muchas personas tienen la fantasía de que, mediante una enfermedad o con la propia muerte, podrían asumir el sufrimiento o la culpa de otros en su familia. Asimismo, es posible que enfermen, sufran accidentes o incluso se suiciden porque anhelen reencontrarse con familiares. Las observaciones y las comprensiones extraídas del trabajo con constelaciones familiares y descritas a continuación pretenden servir de ayuda para descifrar tales ideas patógenas y superarlas de una forma sanadora.

El vínculo y sus consecuencias

En la familia, todos los miembros se hallan vinculados con todos por el destino. El vínculo creado por el destino es más fuerte de los hijos hacia los padres. También es importante entre hermanos, y entre marido y mujer. Asimismo, se crea un vínculo especial entre las personas que hicieron sitio para otros en la familia, especialmente si estos tuvieron una suerte difícil: por ejemplo, entre los hijos del segundo matrimonio de un hombre y su primera mujer, muerta de parto.

Similitud y compensación

Por este vínculo, pues, los posteriores y más débiles pretenden sujetar a los anteriores y más fuertes para que no se vayan, o, si ya se fueron, desean seguirlos. Por este vínculo, los que tienen alguna ventaja pretenden asemejarse a los que sufren la desventaja. Así pues, los hijos sanos quieren parecerse a sus padres enfermos, y los pequeños e inocentes, a los grandes y culpables. Por este vínculo, los sanos se sienten responsables de los enfermos; los inocentes, de los culpables; los felices, de los desdichados, y los

vivos, de los muertos. Por tanto, los que reciben la ventaja están dispuestos a arriesgar y a ofrecer tanto su salud como su inocencia, tanto su vida como su felicidad por la salud, la inocencia, la vida y la felicidad de otros, ya que albergan la esperanza de poder asegurar o salvar la vida y la felicidad de otros miembros de esta comunidad unida por el destino renunciando a su propia vida y a su propia felicidad. A veces, incluso, esperan poder recuperar y restablecer la vida y la felicidad de otros, aunque ya estén perdidas para siempre desde hace tiempo.

Así pues, del vínculo, y del amor que este vínculo comporta, en la comunidad de la familia y de la red familiar nace la necesidad imperiosa de alcanzar un equilibrio entre la ventaja de unos y la desventaja de otros, entre la inocencia y la felicidad de unos y la culpa y la desdicha de otros, entre la salud de unos y la enfermedad de otros, y entre la vida de unos y la muerte de otros. Es esta necesidad la que lleva a una persona a desear también la desdicha cuando otro miembro de su sistema fue desdichado.

Cuando alguien cae enfermo o contrae una culpa, una persona sana o inocente también enferma o se hace culpable; y, cuando una persona querida muere, otra persona próxima a ella desea morir también. En el seno de esta comunidad tan estrechamente unida por el destino, el vínculo y la necesidad de compensación llevan a la participación y a la imitación de la culpa y de la enfermedad de otros, de su destino y de su muerte. Asimismo, se intenta pagar la salvación de otros con la desgracia propia; la curación de otros, con la propia enfermedad; la inocencia de otros, con la culpa o la expiación propias; y la vida de otros, con la propia muerte.

La enfermedad sigue al alma

Dado que esta necesidad de semejanza y compensación anhela la enfermedad y la muerte, por así decirlo, la enfermedad sigue al alma. Por tanto, aparte de la ayuda médica en un sentido más estricto, la sanación requiere también la ayuda de personas que conocen las necesidades del alma, bien sea que el médico mismo reúna ambos aspectos, bien sea que otra persona complemente el trabajo médico, atendiendo la psique. Ahora bien, mientras el médico se esfuerza por curar la enfermedad a través de su tratamiento, el ayudador que tiene cura del alma más bien se contiene, ya que, lleno de asombro, se halla ante fuerzas con las que le parecería arrogante competir. Así pues, intenta cambiar un destino fatal estando en sintonía con estas fuerzas, convirtiéndose más bien en su aliado que en su enemigo.

A este respecto quisiera referir un ejemplo.

«Mejor que sea yo que tú»

Durante una hipnoterapia, una joven paciente de esclerosis múltiple se vio a sí misma de niña, arrodillada delante de la cama de su madre paralítica, formulando interiormente este propósito: «Querida mamá, mejor que sea yo que tú».

Para los demás participantes del grupo, fue una experiencia profundamente conmovedora ver cuánto una hija ama a sus padres, y la mujer joven se sentía en paz consigo misma y con su suerte. Una participante, sin embargo, no pudo soportar ese amor dispuesto a tomar sobre sí enfermedades, dolores e incluso la muerte por el bien de la madre. Le dijo al terapeuta:

–¡Deseo de todo corazón que puedas ayudarle!

El terapeuta se quedó perplejo; para él, fue como si lo hubiera deshecho todo, ya que ¿cómo es posible que alguien trate el amor de la hija como si fuera algo malo? ¿Acaso no heriría el alma de la hija, agravando su sufrimiento en vez de aliviarlo? ¿Acaso la hija no guardaría aún más celosamente su amor a la madre, aferrándose aún más apasionadamente a su esperanza y a su propósito, surgido en aquel momento, de salvar a la madre amada a través de su propio sufrimiento?

Aún quisiera presentar otro ejemplo más. En un grupo, una mujer joven, que también padecía de esclerosis múltiple, configuró a su familia de origen y la trama relacional que reinaba en su seno. Así pues, estaba la madre y, a su izquierda, el padre. Enfrente de ellos se encontraba la paciente, como hija mayor; a su izquierda, el hermano siguiente, que murió de un paro cardíaco a los 14 años, y, a la izquierda de este, el hermano más joven.

Partiendo de esta constelación, el terapeuta le pidió al representante del hermano muerto que saliera por la puerta, lo cual, en una constelación familiar, significa morir. En el momento en que salió por la puerta, la cara de la hija se iluminó de golpe, y también la madre se sintió mucho mejor. Después, el terapeuta envió fuera al hermano menor y, después, al padre, porque había notado que también ellos tendían a salir del sistema. En cuanto salieron todos los hombres –lo cual significa que estaban muertos–, la madre se enderezó con un gesto triunfante, y así quedó claro que era ella la que se sabía presa de la muerte –cualquiera que fuera el motivo– y, también, que se sentía muy aliviada al ver que otros estaban dispuestos a tomar sobre sí la muerte en lugar de ella.

A continuación, el terapeuta volvió a llamar a los hombres y, en su lugar, envió fuera a la madre. De repente, todos se sintieron librados de la obligación de participar en el destino de la madre, y se encontraban bien.

El terapeuta, sin embargo, sospechaba que también la esclerosis múltiple de la hija estaría relacionada con el hecho de que la madre se sintiera obligada a morir. Por tanto,

hizo entrar nuevamente a la madre, la puso al lado izquierdo del padre, y llevó a la hija al lado de ella. A continuación, le dijo a la hija que mirara a la madre con amor y que le dijera, mirándole a los ojos: «Mami, yo lo hago en tu lugar». Al pronunciar estas palabras, la cliente se puso radiante, y el significado y la finalidad de su enfermedad quedaron claros para todos los presentes.

¿Qué puede hacer, pues, un médico o un psicoterapeuta, y de qué se debe abstener?

El amor consciente

Sacar a la luz el amor del hijo es, frecuentemente, todo lo que puede y debe hacer un terapeuta que conoce la envergadura de ese amor. Cualquiera que sea la carga que haya tomado sobre sí por este amor, el hijo tiene la seguridad de estar siguiendo fielmente a su conciencia, sintiéndose noble y bueno. Ahora bien, en cuanto, con la ayuda de una persona entendida, haya podido salir a la luz el amor del hijo, quizá se haga patente también que la meta de ese amor permanece inalcanzable, ya que ese amor alberga la esperanza de poder sanar a la persona amada a través de sus sacrificios, de poder protegerla de la desgracia, de poder expiar su culpa; y, aunque haya muerto la persona amada, llega al extremo de pensar que incluso podría recuperarla de entre los muertos. Por tanto, si junto con el amor infantil también se hacen patentes sus fines infantiles, el hijo, ahora adulto, quizá se dé cuenta de que con su amor y con sus sacrificios no puede superar ni la enfermedad, ni el destino, ni la muerte de otros, sino que debe encararlos con impotencia y con valentía, tomándolos tal como son.

Así pues, las metas del amor infantil y los medios para alcanzarlas son «desengañados» en cuanto salen a la luz, ya que forman parte de un concepto mágico del mundo que resulta insostenible ante el conocimiento del adulto. El amor, sin embargo, perdura. Una vez descubierto, el mismo amor que en otros momentos llevaba a la enfermedad, ahora se une al conocimiento para buscar otra solución, una solución consciente, neutralizando las influencias enfermizas allí donde aún es posible. En este sentido, el médico y otros terapeutas quizá puedan señalar determinados pasos; pero solo si el amor del hijo, porque ellos lo vieron, sigue estando a la vista, y solo si este amor, por su reconocimiento, puede dirigirse a algo nuevo y más grande.

«Yo antes que tú»

En muchos casos, descubrimos como condición previa de una enfermedad mortal la

decisión del hijo o de la hija ante una persona amada: *«Prefiero desaparecer yo antes que tú».*

En una anorexia, la decisión es esta: «Prefiero desaparecer yo antes que tú, querido papá». En la esclerosis múltiple de nuestro ejemplo, el propósito fue este: «Prefiero desaparecer yo antes que tú, querida mamá». Una dinámica similar se encontraba antes en los casos de tuberculosis y sigue siendo actual en los casos de suicidio y de accidentes mortales.

«Aunque tú te vayas, yo me quedo»

¿Cuál sería, pues, la solución que realmente ayuda y sana cuando esta dinámica aparece en la conversación con el enfermo? Toda buena descripción de un problema siempre contiene ya su solución, y esta obra ya a través de la misma descripción. La solución comienza en el momento en que se descubre la frase nociva y el paciente la pronuncia y la afirma ante la persona amada, con toda la fuerza del amor que le impulsa: «¡Prefiero desaparecer yo antes que tú!»

En este punto, es importante que la frase se repita hasta que la persona amada aparezca realmente como persona y, a pesar de todo el amor, se perciba y se reconozca como separada del propio yo. De lo contrario, se mantienen la simbiosis y la identificación, malográndose la distinción y la separación sanadoras.

En cuanto se logra pronunciar esta frase con amor, se trazan unos límites claros, tanto alrededor de la persona amada como alrededor del propio yo, separando así el propio destino del de la otra persona. Además, la frase obliga a la persona a ver no solo su propio amor, sino también el amor de la persona amada. Y la obliga a darse cuenta de que aquello que pretende hacer en lugar de la persona amada supone para esta una carga más que una ayuda. Entonces también es el momento de decirle otra frase más a la persona amada: *«Querido padre / querida madre / querido hermano / querida hermana –quienquiera que sea–, aunque tú te vayas, yo me quedo».*

A veces, sobre todo si la frase se dirige al padre o a la madre, el paciente aun añade: *«Querido padre / querida madre, bendíceme, aunque tú te vayas y yo aún me quede».*

Contaré un ejemplo.

El padre de una mujer tenía dos hermanos discapacitados: uno, sordo; el otro, psicótico. Él mismo sentía la necesidad de unirse a sus hermanos para compartir su suerte y mostrar su lealtad hacia ellos, ya que no podía soportar su propia felicidad al lado de la desdicha de ellos. Su hija, sin embargo, notó el peligro y saltó a la brecha: en lugar de su padre, se puso ella al lado de los hermanos, y en su corazón le decía al padre: «Querido papá, prefiero irme yo con tus hermanos antes que tú». Y: «Querido papá,

prefiero compartir yo su desgracia antes que tú». La hija desarrolló una anorexia. Pero ¿cuál sería la solución para ella? Tendría que pedirles a los hermanos del padre, aunque solo fuera en su interior: *«Por favor, bendecid a mi padre si se queda con nosotros, y bendecidme a mí si me quedo con mi padre».*

«Te sigo»

Detrás del deseo del padre –o de la madre– de desaparecer, deseo que el hijo pretende evitar con la frase de «mejor que sea yo que tú», por parte de los padres frecuentemente se halla otra frase que ellos pronuncian como hijos hacia sus propios padres o hermanos, cuando estos murieron pronto o estuvieron seriamente enfermos o discapacitados. La frase es esta: *«Te sigo»*. O, más concretamente: *«Te sigo en tu enfermedad»*. O: *«Te sigo en la muerte».*

Así pues, la primera frase que obra en la familia es: «Te sigo». También en este caso se trata de la frase de un niño; pero, más tarde, cuando estos niños ya se hayan convertido en padres ellos mismos, sus hijos, a su vez, evitan que la cumplan, diciendo: «Mejor que sea yo que tú».

«Aún viviré un poco»

Donde aparece la frase de «te sigo» como trasfondo de enfermedades graves, de accidentes o de intentos de suicidio, la solución que ayuda y sana también aquí sería que el hijo le dijera y le prometiera a la persona amada, con toda la fuerza del amor que le mueve: «Querido padre, querida madre, querido hermano, querida hermana –o quien sea–, te sigo». También aquí es importante que la frase se repita todas las veces necesarias hasta que la persona amada se vea como una persona real y, a pesar de todo el amor, pueda ser percibida y reconocida como separada del propio yo. Así, el hijo se da cuenta de que su amor no supera la frontera que lo separa de la persona amada que ha muerto, y que tiene que detenerse ante estos límites. También aquí la frase obliga a reconocer tanto el propio amor del hijo como el amor de la persona amada, y a comprender que esta puede llevar y cumplir su destino con más facilidad cuando no le sigue nadie, sobre todo, no su propio hijo.

Así pues, el hijo puede decirle también una segunda frase a la persona amada que murió, la frase principal que lo libera y lo redime de la obligación de imitar su suerte

fatal: *«Querido padre / querida madre / querido hermano / querida hermana –o quien sea–, tú estás muerto/a, yo aún viviré un poco, después moriré también».*

Cuando el hijo ve que uno de sus padres quiere seguir a alguien de su propia familia de origen en la enfermedad o en la muerte, tiene que decirle: *«Querido padre / querida madre, aunque tú te vayas, yo me quedo».* O: *«Aunque te vayas, te recordaré con cariño, y siempre seguirás siendo mi padre / mi madre».* O, cuando uno de los padres se suicidó: *«Me inclino ante tu decisión y tu destino. Siempre seguirás siendo mi padre / mi madre, y yo siempre seguiré siendo tu hijo».*

La esperanza que lleva a la enfermedad

Ambas frases, «mejor que sea yo que tú» y «te sigo», se dicen y se cumplen con la conciencia tranquila y con la convicción de ser inocente. Al mismo tiempo, se corresponden con el mensaje y el ejemplo cristianos, por ejemplo, con las palabras de Jesús en el Evangelio según San Juan, «Nadie tiene mayor amor que el que da su vida por sus amigos», y también se corresponden con la exhortación a sus discípulos para que lo siguiesen en el camino de la cruz hasta la muerte.

La doctrina cristiana de la redención a través del sufrimiento y de la muerte, y el ejemplo de santos y héroes cristianos afirman la convicción y la esperanza del niño de poder tomar sobre sí la enfermedad, la desgracia y la muerte en lugar de otros. Asimismo, afirman la idea de que, pagándole a Dios y al Destino con su propio sufrimiento y con su propia enfermedad, podría librar a otros de su sufrimiento y de su enfermedad, o salvarlos de su muerte muriendo él mismo. Y, si en la tierra no lograra su salvación, nuevamente podría encontrar a las personas amadas que la muerte le arrebató, perdiendo como ellos la vida y volviendo a encontrarla, según cree, a través de la muerte.

El amor que sana

Cuando se dan estas circunstancias, la sanación y la salvación se hallan más allá de la mera intervención médica o terapéutica. Exigen una realización religiosa, una conversión a algo más grande, que supera todo pensar y desear mágicos, y los despoja de su poder.

A veces, el médico u otro ayudador puede preparar y apoyar esta realización. Esta, sin embargo, no está a su disposición ni responde a ningún método, como si de una relación

de causa y efecto se tratara. Cuando se logra, se pide lo último y se experimenta como una gracia.

La enfermedad como expiación

Otra dinámica que conduce a enfermedades y al suicidio, a accidentes y a la muerte, es el deseo de expiar una culpa.

A veces, se concibe como culpa lo que sobrevino de forma imprevista o lo que se sustrajo a toda influencia humana, por ejemplo, un aborto, o la enfermedad, la minusvalía o la muerte temprana de un hijo. En estos casos es de gran ayuda mirar a los muertos con amor, encarar el dolor y dejar en paz lo que ya sea pasado.

Asimismo, cuando el destino de una persona engloba incidentes que a otros les causaron algún daño, mientras que para él resultaron ser ventajosos, o incluso les debe su salvación o su vida, también estos hechos se viven como una culpa; por ejemplo, si la madre de un niño muere en el parto. Pero también existe la culpa real, responsabilidad personal de una persona; por ejemplo, cuando alguien abortó o dio a su hijo en adopción sin que hubiera ninguna necesidad auténtica, o si, sin escrúpulos, exigió o hizo algo grave a otra persona.

Con frecuencia se pretende reparar la culpa personal, o la que forma parte de un destino, a través de la expiación, pagando el daño hecho, dañándose a sí mismo, «saldando» la culpa a través de la expiación y, según se cree, compensándola de esta manera. También estos procesos, por muy perjudiciales que sean para todos los implicados, son fomentados por enseñanzas y ejemplos religiosos, por ejemplo, la fe en el sufrimiento y la muerte redentores, y la fe en la purificación del pecado y de la culpa a través del autocastigo o del sufrimiento sobrevenido desde fuera.

La compensación a través de la expiación causa un doble sufrimiento

La expiación sacia nuestra necesidad de compensación. Pero, si la compensación se busca a través de enfermedades, de accidentes o de la muerte, ¿qué se logra realmente? En lugar de un perjudicado, hay dos y, en lugar de un muerto, incluso hay otro más. Aún peor: para las víctimas de la culpa, la expiación significa un doble daño y una doble desgracia, puesto que su desgracia nutre otra desgracia, su daño aun causa más daño, y su muerte aun trae la muerte a otras personas. Pero también hay que tener en cuenta otro aspecto más: la expiación es fácil. En el caso del pensar y del actuar mágicos –en que la

salvación de otros únicamente se gana a través de la propia desgracia, pues se supone que el propio sufrimiento basta para redimir al otro–, ocurre lo mismo que en el de la expiación: se cree que basta con sufrir o morir, sin tener en cuenta la relación con el otro, sin sentir el dolor por su desgracia teniéndolo presente como persona, y sin que, después, con su asentimiento y con su bendición, haya que hacer algo por los demás. Por tanto, también en la expiación se intenta pagar una deuda devolviendo exactamente lo mismo. También aquí el actuar se sustituye por el sufrir; la vida, por la muerte, y la culpa, por la expiación, de manera que también aquí bastan el sufrimiento y la muerte sin actuar ni esforzarse. Y así como la desgracia, el sufrimiento y la muerte aumentan cuando frases como «mejor que sea yo que tú» y «te sigo» se llevan a la práctica, también lo hacen cuando se realiza la expiación.

Un hijo, cuya madre murió al darle la vida a él, siempre se sentirá en deuda, ya que ella pagó su vida con su propia muerte. Ahora bien, si el hijo expía dicha muerte haciéndose sufrir a sí mismo, es decir, si se niega a tomar su vida al precio de la vida de su madre, o si, como expiación, incluso se suicida, la desgracia resulta doblemente grave para la madre. Así, el hijo no toma el obsequio de la vida que ella le dio, ni respeta su amor ni su voluntad de dárselo todo. Su muerte, por tanto, habrá sido en vano; es más, en vez de dar vida y felicidad, producirá más desgracia, y, en lugar de un muerto, habrá dos.

Si pretendemos ayudar a un hijo en esta situación, debemos tener en cuenta que en su interior siente tanto el deseo de expiación como el que se expresa por medio de las frases «mejor que sea yo que tú» y «te sigo». Así pues, únicamente podemos influir positivamente sobre el deseo nefasto de expiación si logramos también encontrar una solución positiva al deseo manifestado en esas frases.

La compensación a través del tomar y de los actos de reconciliación

¿Cuál sería, pues, una solución para este hijo, adecuada para él y para su madre? El hijo tendría que decir: *«Querida mamá, ya que pagaste un precio tan alto por mi vida, que no haya sido en vano; le sacaré provecho, en tu memoria y en tu honor».*

En consecuencia, el hijo tiene que actuar en vez de sufrir, dar frutos en vez de fracasar, y vivir en vez de morir. De esta manera, su unión con la madre será muy diferente que si pretende seguirla en la desgracia y en la muerte. Pereciendo en una unión simbiótica con la madre, su vínculo es tan solo ciego y despersonalizado. En cambio, si realiza algo que fomente la vida, en memoria de su madre y de su muerte, si toma su vida haciendo que también otros participen en ella, su unión con la madre es totalmente distinta: se encuentra delante de ella mirándola con amor. Si toma su vida de esta manera, conduciéndola a su plenitud, el hijo tiene presente a su madre y la lleva en

su corazón. Así, de la madre al hijo fluyen la bendición y la fuerza, porque por amor a ella convierte su vida en algo especial.

A diferencia de la compensación procurada a través de la expiación, que no es más que una compensación a través de la fatalidad, del daño y de la muerte, esta sería la compensación positiva. Sin embargo, a diferencia de la compensación a través de la expiación, que resulta fácil y perjudicial, que toma sin llegar a la reconciliación, la compensación positiva es más difícil de alcanzar. Pero ella aporta la bendición, permitiendo que la madre se reconcilie con su destino, y el hijo con el suyo, ya que lo positivo que realiza el hijo en memoria de su madre se logra a través de ella; a través de su hijo, la madre participa en ello. Ella sigue viviendo y actuando en los actos de su hijo. Se basa en la comprensión de que nuestra vida es única, que, al pasar, hace sitio a la vida futura y que, aunque ya haya pasado, nutre la vida presente.

La expiación sustituye la relación

Mediante la expiación evitamos encarar la relación, ya que a través de la expiación tratamos la culpa como un asunto en el que se paga el daño con algo que nos cuesta. Pero ¿qué puede conseguir esta expiación cuando he cometido una injusticia con una persona, llevándola a la desgracia y causándole daños irreparables a nivel físico y en su vida? Solo puedo procurar mi propia descarga a través de la expiación dañándome a mí mismo y perdiendo de vista al otro. Puesto que, si centro mi atención en el otro, tengo que reconocer que con mi expiación pretendo borrar algo que sigue siendo necesario. Lo mismo se aplica a la culpa como responsabilidad personal. Frecuentemente, una madre pretende expiar un aborto o la pérdida de un hijo por otras razones contrayendo una enfermedad mortal, o abandonando la relación con el marido y el padre del niño, o renunciando a relaciones posteriores. Muchas veces, la expiación de una culpa personal se realiza de manera inconsciente, incluso a pesar de su negación o de su justificación en un nivel consciente.

A veces, aparte de la necesidad de expiación, las madres desarrollan el deseo de seguir al hijo muerto, de la misma manera que un hijo desea seguir a su madre muerta. Pero –según podemos suponer– también un hijo que murió por culpa de la madre le dice: «Mejor que sea yo que tú». Así pues, si la madre, para expiar su culpa, cae enferma o muere, la muerte del hijo por el bien de la madre habrá sido en vano.

También en la culpa personal la solución consiste en sustituir la expiación por actos de reconciliación. Esto se logra mirando a los ojos a la persona a la que se trató injustamente o a la que se causó un daño grave. Así, por ejemplo, la madre debe mirar al hijo abortado, o no reconocido, o abandonado, hasta que aparezca ante ella como una

persona real, y decirle *«Lo siento»*, o *«ahora te doy un lugar en mi corazón»*, *«lo repararé hasta donde aún pueda hacerlo»*, *«quiero que participes en lo bueno que hago en tu memoria, pensando en ti»*. Así, la culpa no sería en vano, ya que lo bueno que la madre –o quienquiera que sea– realiza en memoria de este hijo, teniéndolo presente, se realiza con el hijo y a través de él. Este tiene parte en los actos de la madre y, durante un tiempo, permanece unido a ella.

En la Tierra, la culpa pasa

Y aún otro aspecto merece especial atención en el tema de la culpa: esta pasa, y debe tener la posibilidad de pasar. En la Tierra es efímera y, como todo en la Tierra, realmente pasa al cabo de un tiempo.

La enfermedad como expiación asumida en lugar de otra persona

Frecuentemente, la culpa y la expiación son asumidas en lugar de otros miembros de la familia o de la red familiar. Así, también con relación a la culpa o a la expiación, un hijo o un cónyuge dicen: «Mejor que sea yo que tú». Y toman sobre sí la culpa y sus consecuencias si otros se niegan a hacerlo.

En un grupo, una madre contó que se había negado a acoger en su casa a su madre anciana y la había llevado a una residencia. La misma semana, una de sus hijas desarrolló una anorexia, empezó a ponerse de negro y a visitar una residencia geriátrica para cuidar a personas ancianas dos veces a la semana. Pero nadie, ni siquiera la hija, se había percatado de la relación entre ambos hechos.

La enfermedad como consecuencia de la negación de tomar a los padres

Otra actitud que conduce a enfermedades graves es la negación del hijo de tomar a sus padres con amor y de honrarlos como sus padres. Así, por ejemplo, existen casos de enfermos de cáncer que prefieren morir antes que inclinarse ante su madre o su padre.

Honrar a los padres

Honrar a los padres significa tomarlos tales como son, y honrar la vida significa tomarla y amarla tal como es: con el principio y el final, con la salud y la enfermedad, con la inocencia y la culpa. Esta, sin embargo, es la realización auténticamente religiosa, que antes se llamaba entrega y adoración. La experimentamos como último desprendimiento, que toma todo y da todo, con amor. A este respecto aún contaré una historia. Podría titularse *Felicidad dual*, pero aquí la llamo *Ser y No-ser*.

Ser y No-ser

Un monje que andaba buscándose
pidió a un mercader
una limosna.
El mercader, por un momento, lo miró
y preguntó al dársela:
–¿Cómo puede ser que tú
me tengas que pedir a mí
aquello que te falta para tu sustento,
y, al mismo tiempo, me menosprecies a mí
y también mi vida,
cuando nosotros te concedemos lo que necesitas?
El monje respondió:
–Comparado con lo Último que busco,
todo lo demás parece poco.
El mercader, empero, volvió a preguntar:
–Si un Último existe,
¿cómo puede ser algo
que pueda buscarse o encontrarse,
como si al final de un camino se hallara?
¿Cómo podría uno
salir a su encuentro y,
como si entre otras muchas cosas fuera una,
apoderarse de ello?
¿Y cómo, por otra parte,
podría uno volverle las espaldas
y, menos que otros,

ser llevado por ello
o estar a su servicio?
El monje contestó:
–Lo Último encuentra
el que renuncia
a lo cercano y lo presente.
El mercader, empero, siguió razonando:
–Si un Último existe,
es próximo a cada uno,
aunque, como en todo Ser un No-ser
y en todo Ahora un Antes y un Después,
esté escondido
en aquello que aparece
y permanece.
Comparado con el Ser,
que experimentamos como pasajero y limitado,
el No-ser nos parece infinito,
igual que el De Dónde y el Adónde
comparado con el Ahora.
El No-ser, sin embargo,
se nos revela
en el Ser,
igual que el De Dónde y el Adónde
en el Ahora.
El No-ser, como la noche
y la muerte,
es principio sin conocimiento,
y solo brevemente,
igual que un relámpago,
nos destella su mirada
en el Ser.
Así, lo Último
también a nosotros
se nos acerca solo en lo próximo,
y resplandece
ahora.

Ahora también el monje preguntó:
–Si lo que dices fuera la verdad,
¿qué quedaría aún
para ti y para mí?
El mercader le dijo:
–Aún nos quedaría
por un tiempo
la Tierra.

«Te sigo»

HELLINGER Supongo que corresponde a la temática de estas jornadas que, durante las tres tardes previstas para ilustrar mi ponencia «Amor que enferma, amor que sana», primeramente trabaje con participantes que tengan una enfermedad mortal o estén en peligro de suicidio. *(A Astrid, en silla de ruedas)* ¡Ven aquí, a mi lado! Tranquila, tráete la silla de ruedas. ¿Cuál es tu enfermedad?

ASTRID Soy diabética. A causa de la diabetes también tengo que someterme a diálisis, y ya tuve un trasplante renal.

HELLINGER Pondré a tu disposición todo lo que sé, y, si colaboras conmigo fiándote de tu alma y del alma de tu madre y de tu padre, quizá encontremos lo que pueda ayudarte. ¿De acuerdo? Bien. Entonces dime algo de tu situación familiar. ¿Sucedieron en tu familia hechos significativos? Por ejemplo, ¿hubo personas que murieron pronto o se suicidaron?

ASTRID Después de mí nació una tercera hija, que murió al cabo de tres días.

HELLINGER Eso es importante. Este es un suceso al que los hermanos reaccionan intensamente. ¿Pasó algo más en tu familia?

ASTRID La aparición de mi diabetes estuvo relacionada temporalmente con la muerte de mi abuelo, que padecía un cáncer y que vivía con nosotros.

HELLINGER ¿De quién era padre?

ASTRID De mi madre.

HELLINGER ¿Sucedieron otros hechos especiales en la familia de tu madre? ¿Alguien que muriese pronto, por ejemplo?

ASTRID Durante la guerra, el hermano de mi madre murió de difteria a los 14 años.

HELLINGER ¿Alguno de tus padres o de tus abuelos estuvo casado anteriormente, o tuvo una relación estable?

ASTRID No.

HELLINGER Configuraremos este sistema con la ayuda de representantes elegidos de entre los participantes de este grupo. En primer lugar, elígelos. Es decir, necesitamos a alguien que represente a tu padre, y a alguien para tu madre. ¿El primer hijo?

ASTRID Es un hermano mío.

HELLINGER ¿El segundo o la segunda?

ASTRID Soy yo.

HELLINGER También para ti cogemos a alguien que te represente. Y también para la niña muerta. ¿De qué murió?

ASTRID No se sabe claramente.

HELLINGER ¿Qué quiere decir que no se sabe?

ASTRID Mi madre me contó que no mamaba. No conozco otra causa.

HELLINGER ¿Se murió de hambre?

ASTRID Esta es la única explicación que se me dio. Por lo demás, su existencia fue silenciada totalmente.

HELLINGER ¿Se han reprochado tus padres el hecho de que la niña muriese?

ASTRID Nunca se habló de esta niña.

HELLINGER De acuerdo, ahora colocaremos a las personas. ¿Puedes moverte lo suficiente para posicionar a los representantes?

ASTRID Sí.

HELLINGER ¿Sabes cómo se hace una constelación familiar?

ASTRID No.

HELLINGER Bien. Ahora, uno por uno, coge a cada uno de los representantes elegidos, con ambas manos, y colócalos en sus respectivas posiciones, de acuerdo con las relaciones que tú percibas. Cuando veas que has encontrado la posición justa, para. Hazlo siguiendo únicamente tu intuición, tal como sientas que es. Luego compruébalo una vez más para ver si todo está correctamente y, después, siéntate. *(Astrid posiciona a su madre. Detrás de ella y un poco hacia la derecha coloca al padre. Detrás de este y a su izquierda, a la hermana muerta. Delante de los padres, a una cierta distancia, a su hermano mayor y ella misma)* ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE Me siento atrapado entre estas dos y amenazado por detrás. Es inquietante esto de aquí detrás. Siento el impulso de darme la vuelta para mirar.

HELLINGER ¿Qué tal la madre?

MADRE Para mí, hay demasiadas cosas invisibles aquí atrás. Me parece inabarcable lo que hay a mis espaldas.

HELLINGER ¿Qué tal el hijo?

PRIMER HIJO Me siento muy vinculado a mi hermana y muy lejos de mis padres.

HELLINGER *(A la representante de Astrid)* ¿Qué tal la hija mayor?

SEGUNDA HIJA Me siento realmente observada por mis padres. Es bueno estar a una cierta distancia.

HELLINGER ¿Qué tal la hija muerta?

TERCERA HIJA † No puedo reconocer a nadie, no siento ninguna pertenencia.

HELLINGER Ahora pondré a la hija muerta a la vista. *(Introduce a una representante para la hermana muerta y la coloca al lado de la representante de Astrid)* ¿Qué ha cambiado para los padres?

PADRE Me siento mucho más libre, aunque aquí, hacia mi mujer, aún noto una cierta estrechez. Puedo respirar con mucha más facilidad.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la madre?

MADRE Me siento aliviada.

SEGUNDA HIJA Yo también me encuentro mejor.

(Las hermanas se miran sonrientes).

HELLINGER ¿Qué acaba de ocurrir entre vosotras dos?

SEGUNDA HIJA Es bueno tener a otra persona más.

HELLINGER *(Al grupo)* Las imágenes que tengo de esta familia son varias. La primera imagen es que la madre quiere salir de la familia; ella quiere seguir a la hija muerta. La segunda imagen es que la hija mayor quiere impedirlo, marchándose ella misma. La tercera imagen es que también la hija mayor pretende seguir a la hermana muerta. ¿Visteis la sintonía entre las dos? ¿Ese amor? *(Las hermanas vuelven a mirarse y a sonreírse)* ¿Lo veis? No lo pueden ocultar. *(Risas en el grupo)* Exacto. Ahora pondré a la madre al lado del padre. *(Coloca al padre a la derecha de la madre. Las tres hijas se encuentran enfrente, por orden de edades y mirándolos)* ¿Qué tal así?

PADRE Noto una atracción hacia la derecha.

HELLINGER Es posible que el padre quiera desaparecer. Algo lo atrae y lo saca de la familia. Intenta ponerte al lado de la hija muerta, a ver qué tal.

PADRE *(Al encontrarse al lado de la hija muerta)* Sí, está bien.

HELLINGER *(A Astrid)* ¿Qué ocurrió en la familia de tu padre?

ASTRID Durante la guerra, un hermano menor de mi padre se murió de pulmonía, repentinamente.

HELLINGER *(Al padre)* Vuelve a ponerte al lado de la mujer. Ahora introduciré también a tu hermano menor muerto. *(Introduce a un representante para el hermano menor del padre y lo posiciona detrás de este, a su derecha)* ¿Qué ha cambiado?

PADRE Está bien así; la tendencia de moverme hacia la derecha ha desaparecido.

(Para los demás miembros de la familia no ha cambiado nada).

HELLINGER *(Al grupo)* Probablemente, el padre se ve tentado de decirle al hermano muerto: «Te sigo». *(A la madre)* ¿Qué tal ahora para la madre?

MADRE Creo que sí que ha cambiado algo desde que ha entrado el hermano. Antes, el estar aquí los dos no parecía del todo correcto. Eso ha cambiado ahora. Pero su hermano no debe ponerse demasiado cerca.

HELLINGER Sí; de lo contrario, la mujer pierde al marido. *(A Astrid)* ¿Quieres ponerte tú misma en tu lugar ahora? ¿Cómo se llamaba tu hermana muerta?

ASTRID María.

HELLINGER Mírala y dile: «¡Querida María!»

ASTRID ¡Querida María!

HELLINGER ¡Repítelo!

ASTRID ¡Querida María!

(Pausa prolongada).

HELLINGER Dile: «Te sigo».

ASTRID Te sigo.

HELLINGER «Con amor».

ASTRID Con amor.

HELLINGER ¡Repítelo!

ASTRID Te sigo con amor.

HELLINGER ¿Es correcta la frase?

ASTRID Sí.

HELLINGER ¿Qué tal se siente la hermana muerta al oírlo?

TERCERA HIJA † No tan bien.

HELLINGER Exacto.

TERCERA HIJA † No la necesito.

HELLINGER *(Al grupo)* Este es el desengaño. *(A Astrid)* Ahora apartaré a tu hermana y la llevaré donde debe estar. *(A la representante de la hermana muerta)* Siéntate en el suelo delante de los padres y apóyate de espaldas en los dos. *(A los padres)* Poned cada uno una mano en su cabeza; ¡ambos padres! *(A la hija muerta)* ¿Cómo se encuentra la hija muerta aquí?

TERCERA HIJA † Me encuentro mejor.

HELLINGER ¿Cómo se encuentran los padres? *(Ambos padres se sonríen y asienten con la cabeza. A Astrid)* Dile a tu hermana: «¡Querida María!»

ASTRID ¡Querida María!

HELLINGER «¡Ese es tu lugar!»

ASTRID Ese es tu lugar.

HELLINGER «Y yo me quedo aquí». ¡Abre los ojos!

ASTRID Y yo me quedo aquí.

(Pausa prolongada).

HELLINGER ¡Respira profundamente! Mira a la madre y dile. ¿Cómo solías decirle a tu madre?

ASTRID Mama.

HELLINGER Dile: «¡Querida mama!»

ASTRID ¡Querida mama!

HELLINGER «Yo me quedo».

ASTRID Yo me quedo. *(Rompe a llorar con mucha emoción)*.

HELLINGER Sí. Mírala y dilo con amor: «¡Querida mama!»

ASTRID *(Después de unos momentos de duda)* ¡Querida mama! *(Solloza)*.

HELLINGER «Yo me quedo».

ASTRID Yo... yo... yo...

HELLINGER «Yo me quedo».

ASTRID Yo me quedo.

HELLINGER Repítelo con toda sencillez: «¡Querida mama!»

ASTRID Querida mama, yo me quedo.

HELLINGER Ahora mira al padre. ¿Cómo le decías a él?

ASTRID Papa.

HELLINGER Di: «¡Querido papa!»

ASTRID ¡Querido papa!

HELLINGER «Yo me quedo».

ASTRID Yo me quedo.

HELLINGER Con él es más fácil. ¡Vuelve a mirar a la madre! Ahora te llevaré con ella. ¡Ponte al lado de la madre! ¡Así, muy cerca!

HELLINGER ¡Mírala! Mírala a los ojos y dile: «¡Querida mama!»

ASTRID ¡Querida mama!

HELLINGER «Me quedo».

ASTRID Me quedo. *(Lo dice con firmeza)*.

HELLINGER Exacto. ¡Repítelo!

ASTRID Querida mama, me quedo.

HELLINGER *(A la madre)* ¡Tómala en tus brazos! *(A Astrid)* Di: «Querida mama, me

quedo».

ASTRID Querida mama, me quedo. *(Lo dice con voz fuerte)*.

HELLINGER Exacto. «Querida mama, me quedo».

ASTRID Querida mama, me quedo. *(Solloza)*.

HELLINGER ¡Respira! ¡Respira hondo! ¡Espirar! ¡Inspirar y espirar profundamente! ¡Abre la boca! ¡Inspirar y espirar profundamente! Así, sí. Y repítelo, tranquilamente: «¡Querida mama!»

ASTRID ¡Querida mama!

HELLINGER «Me quedo».

ASTRID Me quedo.

HELLINGER *(Al grupo)* Ahora el tono es tranquilo. Ahora sí que es auténtico. Solo ahora está la plena fuerza.

HELLINGER Lo has hecho muy bien. ¿Y lo cumplirás? ¡Mira a la madre! Mírale a los ojos y dile: «Sí, lo asumo».

ASTRID Sí, lo asumo.

HELLINGER Bien, ya está. *(La acompaña a su lugar. Al ver que una mujer a su lado quiere ponerle el brazo en el hombro, le dice a esta)* ¡No, no! Eso perturbaría su alma. Ella está en las mejores manos consigo misma. Tu consuelo únicamente la distraería. *(Al grupo)* Ahora tengo que respirar un poco, después de un trabajo así. Pero creo que hemos podido ver cuáles son las fuerzas que obran y que llevan a la enfermedad, y cuánta fuerza se necesita para encontrar el camino a la sanación. Y hemos podido ver que el mismo amor que lleva a la enfermedad también nos saca de ella. Solo que ahora tiene otra meta. El amor en sí no varía. Si alguien quiere decir o preguntar algo al respecto, puede hacerlo ahora.

PARTICIPANTE ¿No hubo algo con el padre que quedó sin solucionar? Porque también este quería buscar la muerte.

HELLINGER Un principio importante en este trabajo es no hacer más de lo estrictamente necesario para el cliente. Para ella, no era necesario nada más. Estaba clarísimo, y ahí termino. De lo contrario, se le restaría fuerza. En el punto culminante del trabajo se para inmediatamente. Es decir, nada de seguir trabajando o de preguntar «¿Cómo te encuentras ahora?», u otras preguntas similares. Eso solo restaría fuerza. ¿Lo notas?

PARTICIPANTE Sí.

Cuatro meses más tarde, recibí la siguiente carta de esta cliente:

[...] desde hace semanas y días, en mi interior están luchando el deseo sincero de escribirle sobre los cambios que nuestro encuentro ha desencadenado en mi vida y un respeto y una reserva ante el propósito de realizarlo.

La muestra más obvia y palpable de un «éxito» se manifiesta en la interrupción inmediata de una serie de infecciones renales y de vías urinarias, ininterrumpida durante los últimos tres años.

Para mí, esto significa mucho más de lo que a primera vista pueda parecer. Estas infecciones no solo estaban ya a punto de poner en peligro el éxito de mi trasplante renal, sino que, además, interiormente ya me habían llevado a aceptar otra intervención quirúrgica, complicada y dura por diversas razones, cuyo resultado hubiera sido muy incierto.

El «me quedo», que hace ya tiempo ha perdido toda la obstinación que en un principio sentía hacia mi madre, se me ha convertido en la seguridad aliviadora de tener el derecho de vivir.

Las implicaciones que se mostraron con tanta claridad –«te sigo» y «mejor que sea yo que tú»–, y que repetidas veces se entrelazan en nuestra familia como en una red, pudieron aclararse y mitigarse, al menos con relación a mi hermana menor muerta.

De repente tengo la libertad de poner fin a una «carrera de enfermedades» y a una escalada de síntomas que me acompañaron casi toda mi vida. La continua tendencia indirecta al suicidio ha perdido su fuerza impulsora y su legitimación...

La madre sigue a su hija discapacitada a la muerte

HELLINGER *(A Bruno)* ¿Cuál es tu demanda?

BRUNO No me siento libre y no tengo claro hacia dónde me puedo mover. Mi madre murió hace cuatro años en una excursión de montañismo con mi padre.

HELLINGER ¿Fue un accidente? ¿Un accidente en la montaña?

BRUNO Se resbaló. Algo más tarde –y con eso tiene que ver todo esto–, supe por mi padre lo que, en el fondo, tendría que haber sabido desde hacía tiempo, es decir, que desde hacía mucho tiempo tenía una relación con otra mujer que, en aquel entonces, trabajaba en la misma empresa.

HELLINGER No debía contártelo. Esas cosas no les interesan a los hijos. Eso pertenece al nivel superior de un sistema, al nivel antepuesto de los padres. Los miembros del nivel pospuesto, es decir, los hijos, no deben saber nada de eso; nada que forme parte de los secretos de los padres. Por tanto, en terapia guardo los secretos de los padres. De todos modos, esta información no tiene ninguna importancia para ti. ¿Alguien de tu familia murió antes que tu madre?

BRUNO Mi hermana murió antes que mi madre.

HELLINGER ¿Qué edad tenía?

BRUNO Dieciocho años; yo tengo dos años más. Mi hermana tenía síndrome de Down.

HELLINGER ¿Síndrome de Down? Esta sí que es una información importante. Cuando hay un hijo discapacitado en una familia, los hermanos sanos se sienten aventajados, pero sin merecérselo. Ellos no hicieron nada para tener la ventaja, al igual que los otros sufren la desventaja sin ninguna culpa. Con frecuencia, los sanos posteriormente se limitan, porque, a la vista de un hermano discapacitado, no se atreven a tomar su vida como lo que es: su vida. Por tanto, sería aquí donde primeramente habría que buscar lo que te

mueve. *(Al grupo)* ¿Veis? Cuando profundizamos en un contexto como este, no hay nadie malo. Es un destino. Aquí actúan fuerzas que van más allá de la inocencia y de la culpa. Por tanto, no buscamos culpables, sino que miramos a estas fuerzas, buscando la solución que esté en sintonía con ellas. *(A Bruno)* ¿Hubo otros sucesos importantes en tu familia? ¿Cuántos hermanos erais?

BRUNO Solo nosotros dos.

HELLINGER ¿Solo vosotros dos? Así aún es más intenso. ¿Alguno de tus padres estuvo casado anteriormente o tuvo una relación vinculante?

BRUNO No.

HELLINGER ¿Se han reprochado tus padres el hecho de que tu hermana fuese discapacitada? ¿Acaso el uno le reprochaba al otro alguna culpa?

BRUNO Mi madre era bastante mayor.

HELLINGER ¿Qué edad tenía?

BRUNO Cuarenta.

HELLINGER ¿Cuarenta? ¿Hubo algún reproche por parte de tu padre o de tu madre por este motivo? ¿Cuál es tu impresión?

BRUNO Por parte de mi padre, no. Pero creo que mi madre se sentía culpable y buscaba una causa.

HELLINGER Eso basta. Ahora configuraremos a tu familia de origen, es decir, solo tu padre, tu madre, tú y tu hermana. *(Bruno posiciona a su madre y, a la izquierda de ella, a su hermana con síndrome de Down muerta. Al padre lo coloca delante de la madre, a una cierta distancia, pero mirando en la misma dirección que ella. A su propio representante lo posiciona en el espacio entre madre y padre, pero algo más hacia atrás. Su mirada se dirige hacia fuera sin mirar a ninguno de los miembros de la familia)* ¿Qué tal el padre? ¿Cómo se siente?

PADRE Un poco pesado.

HELLINGER ¿Pesado? ¿Puedes definirlo más concretamente?

PADRE Me encuentro apartado de la familia, lo cual es bastante desagradable.

HELLINGER ¿Qué tal la madre?

MADRE † Me siento agobiada. No tengo ninguna posibilidad de relacionarme, ni con mi marido, ni con mi hijo. Tengo la sensación de que no hay ninguna posibilidad.

HELLINGER Sí, exacto. *(Al representante de Bruno)* ¿Qué tal el hijo?

PRIMER HIJO Me siento partido en dos. Mi hermana me quita a mi madre.

HELLINGER *(Al grupo)* Quisiera hacer una advertencia: algunos, al encontrarse en una constelación, deducen de la imagen cuál debería ser la sensación o el sentimiento. Lo que él acaba de decir de la hermana fue una deducción de este tipo. *(Al representante del*

hijo) Es mejor que permanezcas centrado en ti mismo y simplemente sientas lo que en este momento está ocurriendo en tu interior, independientemente de la imagen exterior.

PRIMER HIJO Me siento partido en dos.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hermana?

SEGUNDA HIJA † Me siento muy incómoda y atrapada, y muy dependiente.

HELLINGER Sal por la puerta y ciérrala detrás de ti. *(Al grupo)* Cuando una persona sale por la puerta, significa que muere o se suicida. En este caso, significa que se muere. *(A la madre)* ¿Qué ha cambiado para la madre? ¿Es mejor o peor así?

MADRE † Más bien me siento peor, muy sola.

HELLINGER ¿Qué tal para el padre? ¿Mejor o peor?

PADRE Peor.

HELLINGER ¿Qué tal para el hermano? ¿Mejor o peor?

PRIMER HIJO Tanto lo uno como lo otro. Por una parte, veo mejor a mi madre; eso es un alivio...

HELLINGER *(Al grupo)* Eso es algo que cuesta mucho expresar, que uno se siente aliviado cuando otro ha muerto. Pero frecuentemente es así. Cuando dice «por un lado..., por otro lado», para mí, significa: se siente aliviado.

PRIMER HIJO Sí.

HELLINGER Esta es la verdad. Es así, y no hay nada malo en ello. Uno no es malo por eso. *(A la madre)* ¡Ahora sal tú por la puerta! Porque tú eres la siguiente en morir. Sal por la puerta y ciérrala desde fuera. *(Al padre)* ¿Cómo se encuentra el padre ahora?

PADRE Horrible.

HELLINGER *(Al grupo)* ¿Cuál es vuestra impresión? ¿Es cierto lo que acaba de decir? *(El representante del padre se ríe)* ¡Ajá! ¿Lo veis? ¿Sí? Este es el sentimiento prohibido. Se siente mejor, así es. En esta familia no tuvo ninguna salida. ¿Qué hubiera podido hacer en su posición si no buscarse una amiga. ¿Vosotros quisierais reprocharle algo cuando lo tienen aquí así? Es imposible. *(Al hijo)* ¿Cómo te encuentras tú ahora?

PRIMER HIJO Mal. Me siento solo.

HELLINGER Ahora te encuentras solo. *(Al grupo)* Desde luego, esta no es una solución buena; pero es la solución que el sistema se ha buscado. Ahora miraremos a ver si encontramos una solución mejor. *(A la hija y a la madre, que se encuentran del otro lado de la puerta)* Podéis volver a entrar. Poneos otra vez en vuestros lugares. *(A la hija)* ¿Cómo te ha ido allá fuera? ¿Mejor o peor?

SEGUNDA HIJA † Primero he tenido que respirar hondo, y después me he encontrado mejor.

HELLINGER *(A la madre)* ¿Y cómo te ha ido a ti allá fuera? ¿Mejor o peor?

MADRE † Mejor. Es decir, estaba contenta de encontrarla.

(Madre e hija se ríen).

HELLINGER *(A Bruno)* Estaba contenta de encontrarla. ¿Ves la dinámica que hay detrás de la muerte de tu madre? Ella siguió a su hija. Es una dinámica honrosa, pero no es buena. *(Gira al padre para que pueda mirar a su familia. Al padre)* ¿Cómo te encuentras ahora?

PADRE Mejor.

HELLINGER *(A Bruno)* Tus padres abandonaron su relación con el nacimiento de esta hija. ¿De quién partió esa decisión? ¿Cuál de ellos dos abandonó la relación?

BRUNO Mi madre.

HELLINGER La madre abandonó la relación. Por tanto, también era ella la que tenía la clave para un cambio. Ahora miremos qué pasa si la ponemos al lado del padre, de su marido. *(Coloca a la madre a la izquierda del padre. Los dos hijos se encuentran enfrente de los padres, por orden de edades. Al padre)* ¿Qué tal así? ¿Cómo te encuentras ahora?

PADRE En el fondo, bastante bien. Sí.

HELLINGER *(A la hija)* ¿Cómo te encuentras tú? ¿Mejor o peor?

SEGUNDA HIJA † Mejor. Me dan ganas de vivir y tengo más espacio a mi alrededor.

HELLINGER *(Al grupo)* Curioso. Precisamente, cuando los padres son una pareja y ya no se preocupan tanto de los hijos, estos se encuentran mejor; aunque sean discapacitados. *(Al hijo)* ¿Y cómo te encuentras tú?

PRIMER HIJO Me encuentro bien.

HELLINGER ¿Y cómo se encuentra la hija?

SEGUNDA HIJA † Bien, también.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la madre?

MADRE † Estoy muy aliviada.

HELLINGER Exacto. Esta hubiera sido la solución buena. Pero lo que no reconocieron ni la madre ni el padre es que, cuando engendraron a la niña, lo hicieron conociendo el riesgo. Pero no asumieron la dignidad de este acto. De lo contrario, también habrían reconocido que fue duro para ellos que la hija naciera discapacitada. Si se hubieran apoyado mutuamente en vez de abandonar su relación, la hija quizá aún estaría con vida. Sea como fuere, le hubiera ido mejor. *(A Bruno)* Cuando ves a los padres así, tan unidos, también tú puedes tomar tu vida de ellos. Ponte tú mismo en tu lugar para que sientas cómo es. *(Cuando Bruno se encuentra en su lugar)* Ahora mira a tu hermana. Mírala y dile: «¡Querida hermana! Yo soy tu hermano mayor». ¡Díselo! ¿Cómo se llamaba?

BRUNO María.

HELLINGER Di: «Querida María, yo soy tu hermano mayor». ¡Díselo!

BRUNO Querida María, yo soy tu hermano mayor.

SEGUNDA HIJA † Te tengo mucho cariño.

HELLINGER *(A Bruno)* Y dile: «Respeto tu destino».

BRUNO Respeto tu destino.

HELLINGER «Y estoy a tu lado, cualquiera que sea tu destino».

BRUNO Y estoy a tu lado, cualquiera que sea tu destino.

HELLINGER «Y también asumo mi propio destino».

BRUNO Y también asumo mi propio destino.

HELLINGER Ahora haré un ejercicio contigo, un ejercicio duro pero sano. Id un poco hacia delante, los dos, tú y tu hermana, un poco más cerca, e inclinaos ante los padres. De acuerdo con vuestro sentimiento. ¡Con amor! Inclinaos ante los padres y ante lo que tomaron sobre sí por vosotros. ¡Inclinaos! *(Se inclinan y Bruno rompe a llorar. A Bruno)* Este es el sentimiento que sana; exacto. Di: «Querido papá y querida mamá» –o como les decías de niño. ¡Respira profundamente! ¿Cómo les decías de niño?

BRUNO Querido papi.

HELLINGER «Te honro». ¡Dilo así!

BRUNO Te honro.

HELLINGER Y di: «Querida mami» ¿O cómo le decías de niño?

BRUNO Mami.

HELLINGER «¡Querida mami!»

BRUNO ¡Querida mami!

HELLINGER «Te honro».

BRUNO Te honro.

HELLINGER Ahora enderézate y míralos, simplemente míralos a los ojos, a tu madre y a tu padre. *(A los padres)* ¿Cómo os sentís al ver esto? *(Ambos padres asienten)*. Exacto. Ahora podéis asumir vuestra dignidad. *(A Bruno)* También tú puedes asumir tu dignidad. Y puedes asumir tu dignidad como padre ante tus propios hijos. De acuerdo, ya está. *(Al grupo)* Ya veis que esta es una manera muy respetuosa de trabajar, con respeto para todos los implicados. Y siempre orientada a la solución. No se dan vueltas innecesarias sobre el pasado, sino que se procura una solución que le dé fuerza para su vida y que también tenga efectos sobre su familia actual.

UN PARTICIPANTE Aún estoy pensando por qué no le has dejado dar explicaciones más extensas, sino que has estructurado fuertemente la conversación. Para ti, ¿estaba claro desde un principio que ibas a trabajar sobre su familia de origen?

HELLINGER No. He buscado si había algo en lo que podía estar implicado. En el momento

en que ha nombrado a la hermana con síndrome de Down, supe que era eso. Que en una familia haya un hijo discapacitado siempre es un hecho significativo. Eso aún se ha reforzado cuando ha contado que su hermana discapacitada murió pronto y que, después, también su madre murió en un accidente. Estas han sido informaciones importantes para mí, y con ellas he trabajado. Y si hubiera sido otra cosa, lo habríamos encontrado más adelante. Empiezo con lo llamativo, y lo llamativo siempre son sucesos. La madre murió; este es un suceso. La hermana murió; también es un suceso. Tenía síndrome de Down; otro suceso. No se necesita saber más para hallar la solución. Si, en vez de buscar directamente la solución, permites que la persona que busca tu ayuda te cuente aún más cosas, te confunde. Si dejáis que estos sucesos os impacten, inmediatamente podéis percibir la fuerza que encierran. Únicamente hay que preguntarse: ¿llevan fuerza o no? Cuando él ha nombrado esos sucesos, todos hemos podido percibir la carga de fuerza y de energía que llevaban. Y con esta fuerza trabajo.

REPRESENTANTE DE LA HERMANA Aún estoy totalmente impresionada por la intensidad de este trabajo.

HELLINGER Naturalmente. Tú has participado y has podido experimentar de manera inmediata cómo actúa este proceso; los sentimientos y las sensaciones tan diferentes en una posición y en la otra. No puedo explicaros por qué es así. *En estas constelaciones, los representantes participan en el destino y en sentimientos ajenos, sin que sepamos por qué*. Ahora imaginaos: si nosotros ya podemos sentir y percibir todo eso, ¡cuánto más ligado a los sentimientos y los destinos en su familia se encontrará un niño!

OTRO PARTICIPANTE Me asombra la seguridad con la que abordas los asuntos importantes, sin dejar que los menos importantes te confundan.

HELLINGER Puedo decirte cómo se aprende.

EL MISMO PARTICIPANTE Me gustaría saberlo.

HELLINGER Uno se olvida de todo lo que ha aprendido hasta el momento. Eso es lo primero. Después, se dirige la mirada a todos los implicados, con amor y con respeto. Es decir, con amor a Bruno, a su madre, a su hermana. Estas eran las personas principales. Y después se espera a ver si se vislumbra una solución. Con esta actitud de fondo, muchas veces se muestra rápidamente dónde se halla la solución. Naturalmente, pueden aprenderse también unas cuantas técnicas. Así, por ejemplo, en una situación así es importante probar qué ocurre si alguien en el sistema muere. Para hacer la prueba, se le pide al representante de la persona muerta que abandone la sala. La muerte de algunos miembros de la familia ha sido la solución que este sistema han intentado. Esta, sin embargo, no es una solución buena. Por tanto, se busca otra solución mejor. Bruno nos ha mostrado el intento de solución de su familia. Él tenía una imagen interior de las relaciones en su familia. El intento de solución de la familia ha sido nefasto, pues ha resultado en la muerte de la hermana y de la madre. Bruno ha exteriorizado su imagen,

de manera que nosotros pudiéramos verla. Una vez exteriorizada, ha podido ser cambiada y dirigida a una solución mejor. Para que esta solución se haga efectiva para Bruno, en su familia no tiene que cambiar absolutamente nada. Su padre no tiene por qué cambiar, ni siquiera tiene por qué saber lo que ha ocurrido aquí. Y los muertos siguen estando muertos. Bruno, sin embargo, tiene ahora la posibilidad de llevar esta imagen nueva y buena a su alma, con cariño, y, así, esta imagen obrará en su favor, para bien. *(A Bruno)* Cuando vuelvas a casa con esta nueva imagen, tus hijos estarán radiantes. Es así como se desarrolla este trabajo: de una manera muy simple y cerca de lo esencial.

OTRO PARTICIPANTE Tengo una pregunta práctica: si Bruno viniera a consultarte individualmente, ¿trabajarías así con él desde la primera sesión? Y, si así fuera, ¿le ofrecerías más sesiones posteriores?

HELLINGER Sí, ya en la primera sesión trabajaría así, pero no ofrecería más sesiones posteriores. Ya visteis que todo lo que era necesario para Bruno ocurrió en esta sesión. Ahora bien, aún tendría que tener en cuenta otro hecho más, y eso ya se lo ha comentado durante la pausa: desde el punto de vista de la dinámica sistémica, habría que suponer que su hija imitaría la suerte de su hermana; es decir que su hija estaría implicada en el destino de su hermana, porque esta, hasta ahora, no había sido valorada en un sentido pleno. Así pues, cuando vuelva a casa podrá ver lo que ha cambiado en su familia y para su hija, porque ahora valora a su hermana plenamente. Simplemente, por el hecho de que él ahora reconozca a su hermana con amor, su hija se encontrará mejor. El curso de una terapia se parece a una curva balística: en un principio, la energía sube rápidamente hasta alcanzar un punto máximo, y después vuelve a caer. Y exactamente en ese punto, en el clímax, se interrumpe. Todo lo que se hace posteriormente exige un esfuerzo. Entonces, la energía se encauza hacia el saber en vez de hacerlo hacia el actuar.

EL MISMO PARTICIPANTE Es decir, ¿que ya en la primera sesión trabajarías así?

HELLINGER Sí. Y no haría nada más con Bruno. Por supuesto, también confío en su fuerza y en la fuerza de sus padres, que acaba de tomar. Ahora está en las mejores manos: con su padre, con su madre y con su hermana. No hay manos mejores que estas. En cuanto lo entrego a ellos, me retiro. En la antigua China hubo un tal Lao Tsé que escribió un librito, el *Tao Te King*. En ese libro se encuentra una frase que sería como un lema para toda persona que se dedique a ayudar a otros. Dice: *«Así también el Sabio, cuando termina la obra, no se aferra a ella».* Así también actúo yo como terapeuta: nada de revisiones ni volver a analizar lo ocurrido.

REPRESENTANTE DEL PADRE Para mí, ha sido bastante fatigoso, sobre todo hacia el final.

HELLINGER Quisiera advertir algo importante. Primero, cuando uno se ofrece como representante para una constelación familiar, es un servicio que se le presta a aquel que configura su sistema. Por amor a él lo has hecho, aunque haya sido fatigoso. Lo segundo es que en cuanto te encuentras ahí, percibes sentimientos ajenos. Por tanto, *no debes*

referir a ti mismo aquello que sientes durante la constelación. Eso es sumamente importante. Así, no debes decir: «Si acabo de sentir todo eso, ¿qué habrá en mi caso?» De lo contrario, todo se trastorna. Por tanto, después de una constelación tienes que salir enteramente de aquel sistema y regresar al tuyo propio. Para volver sobre lo último: ¿qué ha sido lo fatigoso? ¿Cuando se ha inclinado ante ti?

REPRESENTANTE DEL PADRE Sí, creo que sí.

HELLINGER Me permito dar una interpretación de por qué te ha resultado tan duro. A veces es difícil aceptar la reverencia que a uno le corresponde. Por ejemplo, si en ese papel de padre te hubieras acercado al hijo para levantarlo cuando él se ha inclinado ante ti, habría sido un corte. Habría sido demasiado pronto para él. Tienes que permitirle que te honre, ya que solo entonces el amor entre vosotros dos puede volver a fluir. *(A Bruno)* Por sus sentimientos deduciría que tu padre difícilmente podría aceptar la reverencia, ¿verdad? *(Bruno asiente con la cabeza)* Él lo sintió. *(Al representante del padre)* A pesar de todo, soportarlo ha sido también un buen ejercicio para ti. El tomar la reverencia que te corresponde, y el hecho de permitirle a tu hijo que te honre tal como te lo mereces como padre, es humildad, por muy extraño que suene, *ya que uno no es padre por un mérito personal, sino por realizar un acto determinado*. Uno no se convierte en padre por ser bueno o malo, sino por comprometerse en esta realización, con todo el riesgo que comporta. Y esto lo trato y lo considero con reverencia.

UNA PARTICIPANTE Al principio esperaba que surgiera la pregunta por el problema; es decir: ¿cuál es el problema? Y me ha asombrado ver que no haya sido necesario.

HELLINGER Te confiaré un secreto: *la intuición únicamente funciona si me enfoco en la solución*. Quien mira el problema, limita su campo de visión y se queda atrapado. Se dedica a observar detalles, perdiendo de vista el conjunto. *Quien enfoca la solución, con su mirada, siempre abarca el conjunto* y de repente, en alguna parte, descubre la salida –que le está guiñando el ojo–, e inmediatamente se dirige a ella. Después, ya puede olvidarse de todo lo demás, ya no lo necesita. ¿De acuerdo?

OTRA PARTICIPANTE A mí me ha impresionado mucho la idea de que por nacer la hija discapacitada haya terminado la relación matrimonial entre los padres, es decir, que la mujer, como expiación de su presunta culpa, sacrificase la relación. En ese momento he pensado: ¿se me ocurriría hacer algo así? ¿O es una hipótesis? Pero después, a través de la representación, se verificó.

HELLINGER Se veía; por tanto, ya no hace falta preguntar nada más. Estaba claro que ya no había ninguna relación entre ellos dos, y eso tenía que ver con el nacimiento de esa hija. Cualquiera que fuera la manera en que la madre lo asimilara, no tenía otra salida. Le faltaba la ayuda y le faltaba reconocer que había aceptado un riesgo y que, finalmente, lo había asumido con todas sus consecuencias.

LA MISMA PARTICIPANTE Eso me ha impresionado mucho.

Morirse antes que inclinarse profundamente ante el padre

HELLINGER Aprovecharemos el tiempo, así que en seguida cogeré al siguiente, es decir, a alguien que esté realmente enfermo. Es lo que más ayuda y donde más aprendemos.

HERMANN Yo quisiera trabajar; tengo cáncer de médula.

HELLINGER Entonces te cogeré a ti, porque eso es agudo. Ponte aquí, a mi lado. ¿Cuánto tiempo hace que lo tienes?

HERMANN Un año.

HELLINGER ¿Y qué se ha hecho mientras tanto?

HERMANN Quimioterapia, y después también participé en varios grupos psicoterapéuticos.

HELLINGER ¿Estás casado?

HERMANN Sí.

HELLINGER ¿Tienes hijos?

HERMANN No.

HELLINGER ¿Hay algún motivo especial por el que no pudisteis tener hijos?

HERMANN Queríamos tenerlos, pero no vinieron.

HELLINGER ¿Hay algo especial en tu familia de origen?

HERMANN Lo único que se me ocurre es que mi padre tiene una relación pésima con sus hermanos. Estaban juntos en una empresa, se separaron, y después nunca más tuvieron ningún contacto.

HELLINGER ¿Qué pasó con el padre de tu padre?

HERMANN No lo llegué a conocer. Mi padre tampoco cuenta mucho. Es un ámbito muy oscuro para mí.

HELLINGER Es muy extraño que tu padre no cuente nada sobre ese punto. Configuraremos tu sistema de origen, es decir, tu padre, tu madre, tú y tus hermanos. ¿Cuántos hermanos tienes?

HERMANN Solo una hermana menor.

HELLINGER Tu padre o tu madre, ¿estuvieron casados anteriormente o tuvieron una relación estable?

HERMANN No sé nada; creo que no.

HELLINGER ¿Murió o nació muerto algún niño en la familia?

HERMANN No.

(Hermann coloca a la madre. Delante de ella y a una cierta distancia coloca a su

hermana menor. Al padre lo coloca a la izquierda de la madre, pero mirando hacia atrás. A su propio representante lo pone delante de la hermana, un poco apartado hacia la derecha, de manera que su mirada se dirige afuera sin alcanzar a la hermana).

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE Se dice que vivo.

(Risas en el grupo).

HELLINGER ¿Cómo te encuentras?

PADRE Sin ningún compromiso, muy... *(Suspira)*.

HELLINGER *(Al grupo)* Este tiene que marcharse, ¿lo veis? Este tiene que marcharse. La pregunta es: ¿a quién tiene que seguir? ¿Qué tal la madre?

MADRE Estoy encantada de los hijos tan maravillosos que tengo, solo que estoy un poco lejos de ellos. Mi marido puede quedarse aquí o también puede marcharse.

HELLINGER *(Al grupo)* Ni pizca de amor, ¿os dais cuenta? Nada. Cuando ocurre esto, supongo que es la madre quien tendría que marcharse, y que el marido se marcha en lugar de ella. Eso es muy frecuente: en el fondo, tendría que marcharse la mujer, y el marido lo hace por ella. Es lo que se llama amor o algo así. ¿Sí? ¿Veis la expresión de su cara? Ella es absolutamente mala. Triunfa si él se va. No puede ocultarlo. Desde luego, su representante es una buena mujer y no tiene nada que ver con todo esto. Pero aquí representa a una persona que es mala. En una constelación familiar, si realmente se entrega al proceso, no puede controlarlo.

PADRE ¿Y cómo puede ser que yo aquí no sienta nada?

HELLINGER Os daremos la vuelta: a ti, encarando a la familia, y a la mujer, apartada de la familia, y veremos qué tal entonces.

PADRE *(A la mujer)* Girémonos otra vez. [Es decir, el marido apartado de la familia, y la mujer mirando hacia los hijos].

HELLINGER Mantente serio; de lo contrario, no podemos hacerlo bien para él. ¿Qué tal ahora los hijos?

PRIMER HIJO Protesto si él se da otra vez la vuelta.

HELLINGER Exacto. ¿Qué tal la hija?

SEGUNDA HIJA Bueno, en un principio tenía la sensación de que mi hermano y yo éramos el matrimonio.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la mujer ahora? ¿Mejor o peor?

MADRE Aún no quiero que se me envíe afuera. Todavía quisiera estar con mis hijos y darme la vuelta.

HELLINGER ¿Dónde estabas mirando?

MADRE En dirección al marido.

HELLINGER ¡No, no! ¿Quién estaba delante de ti? ¿Quién es? ¿Qué miras?
MADRE Mi propia vida, mi propia historia.
HELLINGER Eso no son más que palabras. *(A Hermann)* ¿A quién mira tu madre cuando quiere marcharse? ¿A quién sigue?
HERMANN Su hermana murió hace tres años, pero...
HELLINGER No, eso es demasiado poco.
HERMANN Su madre murió hace unos años.
HELLINGER No. Debe ser algo grave. *(Lleva a la madre más lejos de la familia)* ¿Qué tal para ti aquí? ¿Mejor o peor?
MADRE Mejor.
HELLINGER Exacto. Esta es la verdad. ¿Cómo se encuentra el marido ahora?
PADRE Cuando me he girado hacia la familia, de repente he sentido un gran peso y un gran dolor.
HELLINGER Ahora ponte enfrente de tus hijos, y los hijos se ponen enfrente del padre. *(A Hermann)* Ahora ponte tú mismo en la imagen y en tu lugar. ¿Qué tal para ti?
HERMANN Nuevo. Muy nuevo.
HELLINGER Ponte a la izquierda del padre y míralo. Con amor. Gira la cabeza y míralo. ¿Cómo le decías a tu padre?
HERMANN Papi.
HELLINGER Di: «Querido papi».
HERMANN Querido papi.
HELLINGER «¡Por favor, quédate!»
HERMANN ¡Por favor, quédate!
HELLINGER «Y bendíceme si me quedo contigo».
HERMANN Y bendíceme si me quedo contigo.
(Pausa prolongada).
HELLINGER ¿Cuál sería la frase acertada?
HERMANN Que estoy furioso.
HELLINGER Dile: «Lo hago por ti».
HERMANN Lo hago por ti.
HELLINGER Dilo fuerte.
HERMANN *(Furioso)* Lo hago por ti.
HELLINGER Más fuerte.
HERMANN ¡Lo hago por ti!
(Pausa prolongada).

HELLINGER *(Al grupo)* Se morirá. No se sale de la implicación. *(A Hermann)* Para ti, tu rabia es más importante. ¿Qué le has hecho a tu padre?

HERMANN *(Porfiado)* No lo sé.

HELLINGER ¿Le has hecho algo?

HERMANN No lo sabría decir.

HELLINGER ¿Lo despreciaste?

HERMANN *(Con voz segura)* Sí.

HELLINGER Eso es.

HERMANN Él me...

HELLINGER Lo que hizo tu padre no importa aquí. Lo decisivo es lo que tú haces. Ahora vuelve al lado de tu hermana. *(Al grupo)* Lo que ahora corresponde es que se arrodille y haga una profunda reverencia ante su padre. Pero no lo logra. Prefiere morir antes que hacerlo. *(A Hermann)* ¿Es así?

HERMANN ¡No!

HELLINGER ¿Quieres hacerlo?

HERMANN Quiero intentarlo.

HELLINGER ¡Nada de intentarlo! ¿Quieres hacerlo?

HERMANN *(Con voz segura)* Sí.

HELLINGER De acuerdo, entonces lo haré contigo y te ayudaré. Arrodíllate, baja la cabeza hasta el suelo, hasta abajo del todo, y estira los brazos hacia adelante, las palmas de las manos hacia arriba. Así. ¡Respira hondo! Di: «¡Querido papi!»

HERMANN ¡Querido papi!

HELLINGER «Te honro».

HERMANN Te honro.

HELLINGER Repítelo, tranquilamente.

HERMANN Querido papi, te honro.

HELLINGER Exacto. Esta es la frase. Respira hondo. «¡Querido papi!»

HERMANN ¡Querido papi!

HELLINGER «Te honro».

HERMANN Te honro.

HELLINGER «Te respeto como padre».

HERMANN Te respeto como padre...

HELLINGER «Y tú puedes tenerme como hijo».

HERMANN Y tú puedes tenerme como hijo.

HELLINGER «Te honro».

HERMANN Te honro.

HELLINGER Sigue así un poco más, tranquilamente, inspirando y espirando profundamente. Relájate. Así. Después, cuando notes que es el momento justo, levántate y vuelve a tu lugar. *(Tras una pausa prolongada)* ¡Respira profundamente, con la boca abierta! Es lo mejor para que pueda fluir, entrando y saliendo, que acojas a tu padre en tu interior y que el amor fluya hacia él. *(Tras otra pausa prolongada)* Ahora vuelve junto a tu hermana y mira al padre. Inclina la cabeza ligeramente, con respeto; después, enderézate otra vez. ¿Qué tal para el padre?

PADRE Aún cuesta creer que esto esté sucediendo.

HELLINGER ¿Qué cuesta creer? ¿Que realmente te honre?

PADRE Sí.

HELLINGER Sí, es posible. *(Al grupo)* Aquí no es posible hacer trampas, ¿os dais cuenta? Aquí no hay trampa posible. Mi hipótesis en relación al cáncer es que el enfermo de cáncer prefiere morir antes que hacer una profunda reverencia ante los padres, ante el padre o la madre. ¡Prefiere morir! Por eso, muchos de ellos se enderezan tanto. Van así, con la cabeza bien en alto, en vez de inclinarse. *(A Hermann)* Ahora vuelve a mirar al padre y dile: «Por favor».

HERMANN Por favor...

HELLINGER «Dame todavía un poco de tiempo».

HERMANN Dame todavía un poco de tiempo.

HELLINGER «Por favor».

HERMANN Por favor...

HELLINGER «Dame todavía un poco de tiempo».

HERMANN Dame todavía un poco de tiempo.

HELLINGER Ahora confía en tu alma. *(Al grupo)* Aún no puede ponerse al lado del padre. Tampoco debería abrazarlo. Todo eso sería como un juego. Eso no va. *(A Hermann)* De acuerdo, así lo dejo. También yo me fío de tu alma. ¿Puedo hacerlo?

HERMANN Sí. *(Se sonríe)*.

HELLINGER No puedo hacerlo. Tu sonrisa me dice que no debo hacerlo.

HERMANN ¡Que sí!

HELLINGER Escúchame: no quiero discutir contigo, quiero ayudarte. Por tanto, tomo en serio cualquier señal. De lo contrario, estaría jugando contigo y eso sería fatal. Con una enfermedad de este tipo ya no se juega. De acuerdo, ya está.

HERMANN Gracias.

HELLINGER *(Al grupo)* Quisiera decir algo sobre lo espantoso. Lo espantoso sostiene. Solo quien está en sintonía con ello y asiente a ello tal como es está en sintonía con la

Tierra. A veces lo espantoso, para aquel que está en sintonía con ello, recoloca algo –para bien– y llega mucho más lejos de lo que el amor podría hacerlo. Por eso, el terapeuta está en sintonía también con la fatalidad, la acepta y está de acuerdo con ella, sea como sea. Puedo estar de acuerdo si él sigue como está y muere; puedo estar de acuerdo. Estoy en sintonía también con lo espantoso, y, porque estoy en sintonía con lo terrible, puedo tomarlo en serio, y él puede tomarme en serio a mí. Y puede tomar en serio su enfermedad. Solo entonces se ve ante la alternativa; antes, no.

UN PARTICIPANTE ¿Y cómo continuaría este trabajo?

HELLINGER No hay continuación. Eso ya es todo.

EL MISMO PARTICIPANTE Quiero decir, la semana que viene, quizá, o...

HELLINGER No. Eso ha sido todo. Él tiene claro lo que hay que hacer. *Si ahora se pretendiera seguir trabajando, se ridiculizaría lo que se acaba de hacer*. Eso ha sido todo.

UNA PARTICIPANTE ¿Cómo se te ha ocurrido que no se trataba del padre, sino de la madre? Porque en un principio era al revés.

HELLINGER Lo he deducido de la expresión de su cara, y después lo he probado. Aunque ya antes he podido hacer la experiencia de que tales casos existen. Pero aquí se podía ver que era así.

OTRA PARTICIPANTE ¿Cómo te explicas el fenómeno de que las personas que participan en una constelación familiar puedan sentir algo que personalmente no les atañe?

HELLINGER Yo no me explico nada. Veo que es así, que así ocurre y que se puede comprobar que los participantes de una constelación familiar realmente pueden percibir lo que ocurre en esa familia; y eso me basta para mi trabajo. Bien, ¿cogemos todavía otro caso más antes de la pausa?

VARIOS PARTICIPANTES Sí.

Secuelas tardías de una poliomielitis y de un embarazo y un parto difíciles

HELLINGER Christa, ahora te cogeré a ti. ¿Puedes venir aquí delante? *(A Max, el marido de Christa)* Ponte a su lado para que también puedas participar. *(A Christa)* ¿Cuál es tu enfermedad?

CHRISTA La energía se me escapa, probablemente por mi poliomielitis. No puedo hablar más fuerte por una parálisis de las cuerdas vocales, que tengo desde hace 40 años. Se supo, hace poco, que fue desencadenada por la polio. Toda la parte de la laringe está paralizada, y también el diafragma. En aquel entonces no se descubrió.

HELLINGER ¿Desde cuándo lo tienes?

CHRISTA Desde que tenía 14 años.

HELLINGER ¿Pasó algo en la familia en aquel entonces?

CHRISTA Mi confirmación.

HELLINGER Eso no debería tener consecuencias tan graves. ¿Cuál es tu problema actual?

CHRISTA Cuando mi hija celebró su confirmación, mi energía se derrumbó por completo. Medio año antes ya no podía mantenerme en pie y, después, la energía sufrió tal bajón que ya no podía aguantarme. Empezó con una pielitis y, desde entonces, apenas llego a recuperarme.

HELLINGER Configura primero tu sistema actual. Después buscaremos a otras personas importantes de tu familia de origen. ¿Quién pertenece a tu familia actual?

CHRISTA Mi marido, yo y mi hija.

(Christa elige a representantes para estas personas).

HELLINGER ¿Qué pasó en el parto con tu hija?

CHRISTA Tuve una gestosis muy grave y por poco me muero. Los médicos me daban un 15 por ciento a mí, y a la niña, nada. Lo que también es importante mencionar es que mi bisabuela murió de parto.

HELLINGER Eso es significativo. Hace poco, tuve un curso en el que participó una mujer con *psicosis de gestación*. Su madre había muerto al nacer ella. Más tarde puse a la mujer, junto con su hija, enfrente de la madre y le pedí que presentara a su hija a su madre muerta, y que le pidiera su bendición. De repente surgió una unión muy entrañable a través de las generaciones, con amor. Después también trabajaré así aquí. Ahora configura primero a la familia actual. *(Christa posiciona a su marido y a su propia representante, a la izquierda de él y un poco avanzada. Delante de ambos y a una cierta distancia, a la hija)* ¿Cómo se encuentra el marido?

MARIDO Percibo un vínculo hacia adelante, hacia mi hija, pero siento la necesidad de girarme hacia mi mujer.

HELLINGER ¿Qué tal la mujer?

MUJER Tengo mucho frío. Desde un principio, cuando ella me ha llamado, he estado tiritando, y aún lo noto. He pensado que sentiría una mejora estando al lado de mi marido, pero no es así.

HELLINGER *(A Christa)* ¿Tú tienes esta sensación de frío? *(Christa afirma con la cabeza. Al grupo)* ¿Veis con qué inmediatez su representante lo percibe, sin saber nada? ¿Cómo se encuentra la hija?

HIJA Me siento desamparada con estos padres. No sé con quién tengo realmente una relación.

HELLINGER *(A Christa)* ¿Qué pasó con tu bisabuela?

CHRISTA Se murió de parto, al nacer el séptimo hijo. Era la abuela materna de mi padre.

HELLINGER Introduciré a esa mujer en la constelación. La pondré a la vista y después miraremos a ver qué cambia. *(Coloca a la bisabuela muerta a la izquierda de la mujer, en un semicírculo con los demás, de manera que todos la puedan ver)* ¿Qué ha cambiado?

MUJER Me siento apoyada. Ahora hay otra persona más. Antes me sentía muy sola.

HELLINGER ¿Qué tal la hija ahora?

HIJA A mí también me ayuda. Ahora la miro a ella; los padres continuamente apartan la vista.

HELLINGER *(A Christa)* Ahora introduciré también a tu padre y a la madre de este. *(Coloca al padre de la mujer y a su izquierda, a la madre de este, ambos de espaldas y delante de la bisabuela muerta. Al padre de la mujer)* ¿Qué tal así para ti?

PADRE DE LA MUJER Siento algo a mis espaldas.

HELLINGER ¿Es agradable o desagradable?

PADRE DE LA MUJER Desagradable.

HELLINGER ¿Qué tal para la madre de su padre?

MADRE DEL PADRE DE LA MUJER Para mí, está demasiado cerca.

HELLINGER *(Al grupo)* Una mujer que muere de parto provoca un miedo tremendo en su sistema. *(Pone a la bisabuela muerta a la izquierda de la madre del padre. Al padre de la mujer)* ¿Qué tal así, si se pone a la vista?

PADRE DE LA MUJER Mejor.

MADRE DEL PADRE DE LA MUJER Para mí, también.

BISABUELA DE LA MUJER † Yo me encuentro bien aquí. Mientras estaba detrás de ellos, también sentía mucho cariño por ellos.

HELLINGER *(Al grupo)* Las mujeres que murieron de parto son benévolas hacia los hijos y los nietos que nacen después. Los miran con cariño. *(A la representante de Christa)* ¿Cómo te encuentras ahora?

MUJER Mejor. Empiezo a notar calor en todo el lado izquierdo. De la izquierda me llega mucha fuerza y energía.

HELLINGER Ahora cambiaré las posiciones en el sistema. Normalmente, en una constelación familiar, en un primer lugar se encuentra el marido; después, la mujer, y después, los hijos, todos en el sentido de las agujas del reloj. Ahora bien, si por parte de la mujer hay algo tan grave como aquí, primero va ella y después el marido. *(Coloca a la mujer a la derecha de su marido. A la izquierda del marido posiciona a la hija. Hacia la derecha de ellos y a una cierta distancia coloca al padre de la mujer. A la derecha de*

este, la abuela paterna. A la derecha de esta, la bisabuela paterna que murió de parto) ¿Qué tal ahora?

MUJER Hay energía.

HELLINGER ¿Energía?

MUJER De golpe, hay vida en ambos lados. Antes me encontraba como partida por la mitad. Después, he empezado a sentir calor en el lado izquierdo, y ahora también se calienta el lado derecho. Puedo estar muy bien aquí.

HELLINGER *(Al grupo)* ¿Os habéis dado cuenta? *(A Christa)* «Energía» ha sido tu palabra clave. Ahora ponte tú misma en tu lugar.

CHRISTA Curioso, después de dar a luz a mi hija, ha quedado paralizado mi brazo izquierdo.

HELLINGER Ponte tú misma y prueba dónde está el lugar más adecuado para ti. También puedes mover a los demás si alguien tiene que acercarse o apartarse más. *(Christa ocupa su lugar, se acerca más a su marido, y después les hace señas a su padre, a su abuela y a su bisabuela para que se acerquen más a ella)* ¿Qué tal el marido ahora?

MARIDO Así me encuentro bien.

HELLINGER Bien. ¿Qué tal la hija?

HIJA Sí, estoy bien aquí.

HELLINGER *(Al grupo)* He sacado a la hija de la esfera de la madre, pasándola a la del padre, porque el sistema de la madre está demasiado lastrado. *(A Max, el marido de Christa)* ¿Quieres ponerte también en la imagen y disfrutar de tu felicidad? *(Max ocupa su lugar y asiente con la cabeza, lleno de satisfacción. A Christa)* Dile a la bisabuela: «¡Por favor, bendíceme si me quedo!» ¡Mírala!

CHRISTA ¡Por favor, bendíceme si me quedo!

HELLINGER También puedes decírselo en un tono más amable. Díselo con fuerza: «Por favor».

CHRISTA *(Con voz segura)* Por favor, bendíceme si me quedo.

HELLINGER Exacto.

CHRISTA Por favor, bendíceme si me quedo.

HELLINGER Dile: «Me quedo».

CHRISTA Me quedo...

HELLINGER «Con mi marido».

CHRISTA Con mi marido.

HELLINGER «Y con mi hija».

CHRISTA Y con mi hija.

HELLINGER «Y bendíceme si me quedo».

CHRISTA Y bendíceme si me quedo.

HELLINGER Ahora díselo a la abuela.

CHRISTA Bendíceme si me quedo.

HELLINGER Y al padre.

CHRISTA Bendíceme si me quedo.

HELLINGER Sí, exacto. *(La apoya de espaldas contra la bisabuela; esta, suavemente, le pone las manos en sus hombros)* ¡Coge fuerzas con la bisabuela! *(Al cabo de una pausa)* Ahora vuelve con tu marido, mira una vez más a la bisabuela y dile: «Bendíceme si me quedo».

CHRISTA Bendíceme si me quedo.

HELLINGER Ahora hay fuerza. Bien, ya está.

Identificación con el otro sexo

HELLINGER *(A Daniel)* Ahora trabajaré contigo. Ya hemos estado hablando durante la pausa. Ponte a mi lado. Únicamente quiero saber algo de tu familia, nada más. ¿Tus padres están casados?

DANIEL Sí.

HELLINGER ¿Cuántos hijos tienen?

DANIEL Tienen tres hijos varones.

HELLINGER ¿Alguno de los padres estuvo casado anteriormente o tuvo una relación vinculante?

DANIEL No.

HELLINGER ¿Hubo sucesos especiales en las familias de origen de los padres?

DANIEL La madre de mi padre murió de cáncer.

HELLINGER ¿Qué edad tenía cuando murió?

DANIEL Sesenta o 65 años.

HELLINGER Entonces no es tan significativo. ¿Alguien murió de parto?

DANIEL Creo que un hijo nació muerto, pero no lo sé seguro.

HELLINGER ¿Sería un hermano tuyo?

DANIEL Exacto.

HELLINGER ¿Un niño o una niña?

DANIEL No lo sé.

HELLINGER ¿Cuál es tu imagen?

DANIEL Creo más bien que fue una niña.

HELLINGER Exacto. ¿Qué lugar ocupas tú entre tus hermanos?

DANIEL Soy el último, el tercero.

HELLINGER ¿Y la niña que nació muerta? ¿Qué lugar ocupa? ¿Está antes o después que tú?

DANIEL Antes que yo.

HELLINGER ¿Inmediatamente antes?

DANIEL Creo que sí.

HELLINGER De acuerdo, ahora configuraremos este sistema. Adelante. Aún no introduzcas a la niña muerta; la pondremos después. *(Daniel coloca al padre a la izquierda de la madre, pero un paso hacia atrás. A su propio representante lo coloca enfrente de la madre, a una cierta distancia. El primer hermano se encuentra lejos de Daniel, hacia la derecha, dándole la espalda y mirando afuera, lejos de la familia. El segundo hermano se encuentra hacia la izquierda de Daniel, a una cierta distancia, mirando a la familia, pero la madre le impide ver al padre)* ¿Qué tal el padre?

PADRE Me estaba preguntando qué debía pasar para que mi hijo mayor se marchara de esta manera. Además, mi mujer me impide el contacto con mi segundo hijo. Me gustaría tener ese contacto.

HELLINGER ¿Qué tal la madre?

MADRE Estoy un poco desorientada. A mi marido no lo veo, a mi primer hijo y al segundo, tampoco. Mi hijo menor es el único que tengo a la vista.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el hijo mayor?

PRIMER HIJO Tengo una intensa sensación negativa a mis espaldas. Veo justo a mis padres y, por lo demás, nada. Los veo, pero solo de reojo.

HELLINGER ¿Qué tal el segundo hijo?

SEGUNDO HIJO Quisiera correr detrás de mi hermano mayor.

HELLINGER *(Al representante de Daniel)* ¿Qué tal el hijo menor?

CUARTO HIJO Cuando me pusieron aquí, me pareció que estaba demasiado cerca de mi madre. Preferiría ir con mis hermanos.

HELLINGER *(A Daniel)* Ahora introduce también a la hermana que nació muerta, guiándote por tu intuición. *(Daniel coloca a la hermana que nació muerta junto a su propio representante, a su izquierda)* ¿Qué ha cambiado para el hijo menor?

CUARTO HIJO Me da mucho miedo. Para mí, está demasiado cerca, y es algo inseguro.

HELLINGER ¿Qué tal la hermana?

TERCERA HIJA † Me siento absolutamente extraña aquí.

HELLINGER ¿Qué tal ahora para los padres?

MADRE A mí me gusta tenerla aquí.

PADRE Se ha añadido algo, pero la situación de fondo no ha cambiado.

HELLINGER *(A Daniel)* ¿Me permites que describa brevemente tu situación? *(Daniel asiente con la cabeza. Al grupo)* Durante la pausa me ha contado que se sentía dividido, justo por la mitad, y que no sabía claramente cuál era su identidad sexual, si era hombre o mujer. Eso ocurre en una familia cuando un niño tiene que estar identificado con una niña, porque a esta no se le concedió ningún lugar en la familia. Aquí tenemos exactamente esta situación. La niña tiene que ir con sus padres. *(A la representante de la niña que nació muerta)* Siéntate en el suelo, delante de tus padres, y apóyate contra ellos. *(Lleva a la madre a la izquierda del padre y les pide a ambos padres que, suavemente, pongan una mano en la cabeza de la hija. Después pone a los demás hermanos enfrente de los padres, por orden de edad)* ¿Qué tal así?

PADRE Soy un padre orgulloso.

MADRE Me encuentro bien así.

HELLINGER ¿Qué tal el hijo menor?

CUARTO HIJO Me siento otra vez relajado. Ahora es armónico.

(Los padres se sonríen).

HELLINGER *(Al grupo)* Ahora, el hijo menor sale de la identificación porque la otra hija recibe el lugar que le corresponde. Así él puede ser él mismo sin tener que representar a otra persona, es decir, a la niña. *(A la hermana)* ¿Qué tal se encuentra la hija allá abajo?

TERCERA HIJA † Aquí tengo mi lugar.

HELLINGER Exacto. *(A Daniel)* ¿Quieres ponerte tú mismo en tu lugar? *(Daniel ocupa su lugar y mira a su alrededor)* ¿Cómo se encuentran los otros hermanos?

PRIMER HIJO Fantástico.

(Los hermanos se miran con un gesto afirmativo).

HELLINGER De acuerdo, ya está.

Identificación heterosexual en el amor homosexual

HELLINGER *(Al grupo)* Si en la familia de Daniel hubiera habido otra niña más, esta habría representado a la hermana muerta; así, no hubiera tenido que hacerlo un hermano. Pero solo hubo hijos varones. Por eso, uno de ellos tuvo que representar a la hermana muerta. La pregunta es cómo se maneja esto. No se sabe con certeza si aún es posible cambiar algo. Esta es la experiencia, ya que también en una relación homosexual se crea un vínculo que, más tarde, resulta difícil de disolver. Si puede ser disuelto, es algo muy

especial. Quien, por su situación familiar, ha sido llevado a la homosexualidad, tiene un destino especial, y tiene que asumirlo como su destino. *(A Daniel)* Una posibilidad para ti sería también que durante un año le enseñaras a tu hermana muerta las cosas bellas del mundo; con amor. Lo curioso es que el amor anula la identificación. En la identificación soy como la persona que represento; esta no aparece como persona real ante mis ojos. Por tanto, tampoco puedo amar a la persona con la que estoy identificado. En cuanto la quiero, la veo enfrente de mí o a mi lado. Entonces estoy tanto unido a ella como también separado de ella, y la identificación se disuelve y se anula. ¡Confía en que tu hermana hará algo bueno por ti! *(Al grupo)* ¿Aún hay más preguntas al respecto?

UNA PARTICIPANTE Acabas de decir que en la homosexualidad el hijo siempre está identificado con una persona del otro sexo. Primero, ¿se trata de una afirmación general sobre este tema? –ya que esto abre una dimensión totalmente nueva en la discusión acerca de la homosexualidad–, y, segundo, ¿qué ocurre en el caso de la transexualidad?

HELLINGER La transexualidad siempre es homosexualidad. En esto no hay diferencia. Es una forma extrema. Sin embargo, la homosexualidad no siempre se basa en una identificación heterosexual. También aparece la homosexualidad cuando alguien solo tiene que representar a una persona expulsada. Para el hombre, también puede ser un hombre. La homosexualidad se experimenta como una marginación. Por tanto, es posible que un homosexual solo represente a una persona marginada sin que esto implique una identificación con el otro sexo. Sin embargo, esta forma de homosexualidad no parece tan abrumadora como cuando la persona tiene que identificarse con una persona del otro sexo. ¿He respondido a tu pregunta?

OTRA PARTICIPANTE Aún no está respondida la pregunta. Si esto fuera la única causa de la homosexualidad, ¿cómo se explicaría el hecho de que otras sociedades la traten de una manera completamente distinta, por ejemplo, los antiguos griegos, para quienes la homosexualidad era simplemente algo normal?

HELLINGER *Me cuido mucho de hablar de cosas que no veo*. Esto lo puedo ver, y hasta donde pueda verlo lo digo; pero como afirmación general me parece demasiado arriesgada. Simplemente, lo presento como un impulso. Así permite aliviar la suerte de alguna que otra persona homosexual, dándole la posibilidad de verse a sí mismo desde otra perspectiva. Si se puede dar un cambio, es otra pregunta.

OTRA PARTICIPANTE ¿Cómo te explicas la bisexualidad?

HELLINGER Es homosexualidad.

Decidirse a favor del padre y en contra del novio de la madre

DANIEL *(Al día siguiente)* Con relación a mi constelación, he recordado que mi madre tuvo también un novio que desapareció y se marchó a Estados Unidos.

HELLINGER ¿Tu madre tuvo también un novio?

DANIEL Exacto. Lo supe por casualidad, una vez que vino por pocos días y después se marchó y desapareció. Este era el hombre que ella hubiera deseado. Esta es la sensación que hoy tengo.

HELLINGER En una situación así, un hijo tiene que representar a ese amigo para la madre, sin que él se dé cuenta y sin que la madre lo quiera. En vuestro caso, no sé cuál de vosotros será, porque sois tres. Ese hijo entra en conflicto con su padre, por lo que le resulta difícil hacerse hombre. Él no puede tomar a su padre, ni su padre puede darle lo paternal, ya que el hijo representa a un rival del padre. La solución es que mire a su madre y le diga: «Este es mi padre, solo este. Me pongo a su lado; con el otro no tengo nada que ver». Y que le diga a su padre: «Tú eres mi padre y te tomo como padre. Tú eres el verdadero para mí; con el otro no tengo nada que ver. Soy tu hijo».

DANIEL Frecuentemente he sentido ese papel de rival.

El saber sirve al actuar

DANIEL El día de ayer también me aportó la conciencia de que la familia de mi padre es muy importante para mí. Allí desapareció el abuelo. No se habla de lo que pasó; hay algo que falta.

HELLINGER No quiero tratarlo más detenidamente ahora. Es suficiente que veas al abuelo detrás de tu padre y que lo honres junto con tu padre. El principio es este: el saber sirve al actuar. En cuanto conozco los datos suficientes para actuar, dejo de investigar y actúo. Si pretendo saber más de lo que necesito para actuar, la fuerza para la acción se pierde. De esta manera, el saber sustituye el actuar.

«Mejor que sea yo que tú»

HELLINGER *(A Ernst)* Siéntate aquí, a mi lado. ¿Qué te trae aquí?

ERNST Hace cinco años, me hice operar un melanoma; hace tres años, tuve una metástasis; y actualmente tengo una flebitis. Aparte de las operaciones hice...

HELLINGER Eso no lo necesito saber. ¿Quieres mirar tu sistema familiar?

ERNST Sí, quiero mirarlo.

HELLINGER ¿Estás casado?

ERNST Sí.

HELLINGER ¿Tienes hijos?

ERNST Tengo una hija, y otro hijo está a punto de nacer.

HELLINGER Es un deber con tus hijos que te cures, ¿lo sabes?

ERNST Lo sé.

HELLINGER De lo contrario, ellos te seguirán. ¿Es una buena motivación para que hagamos algo bueno por ti?

ERNST Sí, lo es.

HELLINGER ¿Ocurrió algo especial en tu familia de origen?

ERNST Somos cuatro hijos. Por parte de mi madre, no hay nada especial. Es una familia inmensa...

HELLINGER ¿Sucedió algo con tus hermanos? ¿Murió o nació muerto alguien?

ERNST Mi padre también tiene cáncer de piel, y mi hermana y mi hermano mayor también.

HELLINGER ¡Uf! Eso se va acumulando. ¿Qué sucede en la familia de tu padre?

ERNST El padre de mi padre murió cuando mi padre tenía siete u ocho años...

HELLINGER ¿De qué?

ERNST Se dice que murió a causa de un trozo de metralla que en algún momento se volvió a mover en su cuerpo. Al parecer se produjo una toxemia de la que murió repentinamente.

HELLINGER ¿Cuántos hermanos tenía el padre?

ERNST Una hermanastra.

HELLINGER ¿De quién era hija la hermanastra?

ERNST Era hija del primer matrimonio de su padre y es mayor que él.

HELLINGER ¿Qué pasó con su primera mujer?

ERNST Por lo que sé, se tiró por la ventana durante el posparto o poco después; no sé por qué.

HELLINGER Esta es la persona importante. Pero primero empezaré con tu familia actual. Configúrala ahora; es decir, tú, tu mujer y vuestra hija. ¿Qué edad tiene la niña?

ERNST Cuatro años.

(Ernst coloca a su propio representante. A su derecha, delante de él y en un ángulo recto, a su mujer. A la derecha de la mujer se encuentra la hija, con la mirada puesta en Ernst).

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el marido?

MARIDO Me siento muy tapado, es decir, terriblemente apretado. Por una parte, es bonito, pero, por otra parte, es demasiado.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la mujer?

MUJER Demasiado apretada, y estoy mirando hacia delante.

HELLINGER ¿Qué tal la hija?

PRIMERA HIJA Tiendo a apartarme un poco de mi madre.

(Hellinger aparta un poco al marido de la familia).

HELLINGER *(Al marido)* ¿Cómo te va ahora?

MARIDO Ahora estoy demasiado lejos.

HELLINGER Siente atentamente cómo es. ¿Es mejor o peor?

MARIDO Un poco mejor.

(En cuanto el marido se va, madre e hija se sonríen).

HELLINGER *(Al grupo)* ¡Curioso! ¿Lo veis? *(Madre e hija se ríen a carcajadas)* ¿Lo veis? Para ellas, tiene que desaparecer. ¡Oh! *(A Ernst)* ¿Es así? *(Ernst asiente con la cabeza)* ¿Qué dices a todo esto?

ERNST De momento, así de golpe, no puedo decir nada.

HELLINGER Sí, es difícil.

ERNST ¡Hm!

HELLINGER ¿Qué ocurrió en la familia de tu mujer?

ERNST Su padre también murió de cáncer.

HELLINGER ¿Qué edad tenía cuando murió?

ERNST No lo sé exactamente. Sesenta o 70 años, pero ya antes se había divorciado de su mujer.

HELLINGER ¿Por qué se divorció?

ERNST Creo que la mujer lo envió fuera, por lo que más o menos sé.

HELLINGER ¿La mujer lo envió fuera?

ERNST Le buscó un trabajo en Suiza.

(Risas en el grupo).

HELLINGER *(Al grupo)* Aquí tenéis exactamente la misma situación. Lo que la madre de ella hizo con su marido, la hija lo hace ahora con su marido. Se repite, es exactamente lo mismo. *(A Ernst)* Ahora pon también al padre de tu mujer. *(Ernst coloca al padre de su mujer a una cierta distancia detrás de ella)* ¿Qué ha cambiado para la mujer?

MUJER Siento el impulso de retroceder y de apoyarme contra mi padre.

HELLINGER Hazlo. Probablemente, la dinámica exacta será esta *(Hellinger gira al padre*

de la mujer, colocando a esta detrás de él, como si le siguiese) ¿Cómo se encuentra el padre de la mujer?

PADRE DE LA MUJER Esta dirección es mucho mejor.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la mujer?

MUJER Mejor. Quisiera abrazar a mi padre por detrás.

HELLINGER *(Al grupo)* Su dinámica es «Te sigo». ¿Y quién se va? Su marido. Los hombres son amables, ¡realmente hay que decirlo! *(Risas y aplausos en el grupo. Gira al marido y pone a la hija a su lado izquierdo)* ¿Qué tal ahora para el marido?

MARIDO Es más bonito. Ahora no estoy tan solo.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hija ahora?

PRIMERA HIJA Me encuentro bien.

HELLINGER *(A Ernst)* Esta sería la dinámica secreta en este sistema. No es ninguna dinámica buena, como puedes ver. Te he enseñado la peor de las posibilidades.

ERNST Pienso que aún hay también una barriga de por medio [su mujer está embarazada]. Esta también tiene algo que ver con todo esto.

HELLINGER Esa no cambia nada. Tampoco ha cambiado nada aquí.

ERNST Pero mi hija ha cambiado algo.

HELLINGER ¿Qué?

ERNST Que el padre ya no está tan solo.

HELLINGER Eso sí. La hija tiene que ir con el padre. Pero la pregunta es: ¿cómo se puede salvar tu mujer?

ERNST Desligándose de su padre.

HELLINGER ¡No, no, eso no puede ser!

ERNST Bueno, pues que ya no quiera seguirlo.

HELLINGER Tenemos que introducir también a su madre en la constelación, entonces veremos. Ponla. *(Al grupo)* Al hacer una constelación, suele mostrarse primero el extremo al que el sistema tiende. Solo entonces se manifiesta toda la seriedad. Después se mira si aún habría otras soluciones más. No suele haber otras soluciones, pero para el cliente es importante que al menos se intenten. *(Ernst posiciona a la madre de su mujer a la izquierda de la familia, a una cierta distancia, de manera que pueda ver a su marido y a su hija detrás de él)* ¿Cómo se encuentra la mujer ahora?

MUJER Mejor. Me gustaría ir hacia mi madre.

HELLINGER Hazlo. *(La mujer se coloca directamente delante de la madre, mirándola furiosamente. Al grupo)* ¿A quién representa la hija ahora, con esta rabia? Al padre que fue enviado fuera. ¿Y quién tendría que recibir la rabia que él tiene? La madre. ¿Y quién la recibe en realidad?

PARTICIPANTE DEL GRUPO El marido.

HELLINGER El marido. Es lo que se llama una doble transferencia. *(Al padre de la mujer)* ¿Cómo te encuentras ahora?

PADRE DE LA MUJER He notado a mi mujer a la izquierda.

HELLINGER Date la vuelta. Tu hija se pondrá a tu lado y tu mujer se apartará. *(La mujer se coloca al lado de su padre. Ambos miran a la madre de la mujer que se ha dado la vuelta y mira hacia fuera)* ¿Qué hay ahora?

MUJER Me estoy poniendo furiosa. No quiero que se dé la vuelta y se vaya.

PADRE DE LA MUJER Yo me encuentro mucho mejor ahora.

(Risas en el grupo).

HELLINGER ¿Qué se le va a hacer? Los hijos son fieles a ambos padres. ¿Qué tal la madre de la mujer?

MADRE DE LA MUJER Tengo poco contacto con ellos.

HELLINGER Exacto. Apártate todavía un poco más. *(Al grupo)* No sabemos qué ha ocurrido en esa familia, ni por qué la madre tiende a salir de ella. Pero lo dejaremos y buscaremos la solución en esta familia. *(A la mujer)* ¿Quieres que busque la solución?

MUJER Sí. *(Se ríe. Hellinger posiciona a la mujer a la derecha de su marido, y a su hija, enfrente de ellos dos. El padre de la mujer se encuentra a su derecha y una cierta distancia de ella, mirándola. La madre de la mujer sigue apartada y mirando hacia fuera)*.

HELLINGER ¿Qué tal ahora?

MUJER Mejor. Noto que puedo respirar mejor. Espontáneamente he tenido la sensación de que este era mi lugar. Antes no sabía a qué lugar pertenecía realmente.

MARIDO Noto que ahora está mucho más conmigo, es decir, a mi lado. Esta es una buena cercanía. La de antes no era real.

PRIMERA HIJA Ahora tengo unos padres.

PADRE DE LA MUJER Con buenas intenciones. *(Se ríe)*.

HELLINGER *(A Ernst)* ¿Quieres ponerte tú mismo en tu lugar? *(Ernst se pone en su lugar; él y la representante de su mujer se ríen y se acarician)* A veces sí que hay otra solución. *(A Ernst)* En un primer lugar, he tratado el problema de primer plano, es decir, tu familia actual. Si el cáncer tiene que ver con la dinámica de tu familia, no se sabe. Para esto tendríamos que configurar también a tu familia de origen. Pero no debo hacer demasiado a la vez. ¿De acuerdo?

ERNST Está bien.

HELLINGER Bien, ya está.

Las constelaciones actúan a través de la imagen interior

HELLINGER ¿Hay preguntas con relación a esta constelación?

UN PARTICIPANTE En las constelaciones anteriores, los afectados podían hacer algo ellos mismos: o bien honrar al padre, o sentir el amor. En esta constelación, la solución depende de la mujer. ¿Qué puede hacer el afectado en este caso?

HELLINGER Estas constelaciones actúan a través del cambio de la imagen interior. Ernst tiene ahora otra imagen de su mujer y de las implicaciones de su mujer, y eso ya actúa. Pero también tendrá que contarle lo que ocurrió aquí. *(A Ernst)* Cuéntaselo exactamente como fue, sin interpretar nada. Simplemente cuéntalo y confía en que surtirá su efecto. *(Al grupo)* Lo cierto no necesita ninguna explicación. Si le cuenta lo que aquí pasó, es suficiente. Todo lo demás lo hará la imagen que la mujer después lleve en su interior. Él tendrá que esperar. Pero su relación con su mujer ya ha cambiado, ya que, cuando él vuelva a casa, su mujer lo percibirá de manera diferente, porque él, en su interior, tiene otra imagen de ella. Yo no hago más en este caso; no debo hacer más. Del terapeuta se exige una gran discreción. No debe trabajarlo todo, hasta el final, sino que en el punto culminante de la fuerza para y entrega el sistema a sus propias fuerzas buenas.

Lo «correcto»

UNA PARTICIPANTE Aún tendría una pregunta técnica. ¿Hay alguna diferencia si eres tú quien elige a alguien para que ocupe un papel, o si el paciente mismo busca a las personas? Y también tengo una pregunta de contenido. A menudo dices «correcto», o «eso es cierto», o «así corresponde». Mi pregunta es la siguiente: ¿tienes unos principios para estas afirmaciones, o lo dices porque en ese momento el ambiente transmite esa sensación?

HELLINGER En una constelación, no tiene ninguna importancia quién represente a quién, es decir, si el paciente mismo elige a los representantes, o si yo lo hago para abreviar el trabajo. Cualquier persona puede representar a cualquier persona; es decir, cualquier hombre puede representar a cualquier hombre, y cualquier mujer puede representar a cualquier mujer, suponiendo que se abran al proceso. «Correcto» o «cierto» para mí significa que en un momento concreto cada uno se siente bien en su posición. Nada más. Y «orden» significa para mí que cada uno tiene el lugar que le corresponde. Esto, sin embargo, depende de muchos factores, por lo que en muchas constelaciones es diferente. Me abstengo de establecer leyes generales, aunque sí veo ciertos órdenes por los que en un principio me guío; pero los abandono cuando veo que se muestra algo diferente.

Constelaciones familiares con símbolos

UN PARTICIPANTE Cuando trabajas sin grupo, es decir, con símbolos, ¿cómo logras integrar la dinámica de los sentimientos que los diferentes cónyuges, parejas y participantes expresan?

HELLINGER De esta manera únicamente trabajo en grupo. Ya veis que esto, en el fondo, solo puede hacerse en un grupo, y la intensidad que gana entonces. Es difícil que una terapia individual llegue a esta intensidad. Sin embargo, hay situaciones en las que el terapeuta no dispone de ningún grupo. En un caso así, también puede servirse de símbolos. Lo que ha mostrado ser útil es el trabajo con zapatos. Estos se colocan en lugar de las personas, y el cliente y el terapeuta ven a las personas encima de ellos. Ambos pueden también moverse y ponerse al lado de los zapatos, para sentir cómo se encuentran las diferentes personas. Este sería, pues, un medio auxiliar. También pueden utilizarse pequeños tapetes, en los que el cliente se pone. Como en todo, la regla es que el alma se adapta a las circunstancias, por lo que también de una situación así puede sacar el máximo provecho.

UN PARTICIPANTE ¿Eres tú quien aporta los «comentarios de los zapatos», o debería hacerlo el cliente?

HELLINGER Hay que hacerlo con máximo cuidado. En cuanto entran en juego fantasías e interpretaciones, el camino ya es el errado. Pero un amigo mío me contó que, cuando él trabajaba de esta manera, solo tenía que ponerse al lado para sentir con toda exactitud lo que las personas representadas sienten. Puede fiarse de su percepción. También es posible ejercitarla. Sin embargo, es mejor que el cliente se ponga en las diferentes posiciones para sentir cómo les va a aquellas personas. Él se encuentra más próximo a ellos.

Un hermano murió después de nacer, el otro se suicidó

HELLINGER *(A Frieda)* ¿Qué te ocurre a ti?

FRIEDA Hace medio año, se suicidó mi hermano, y yo me siento afectada existencialmente. Mis padres esperan que yo...

HELLINGER ¿También has intentado suicidarte alguna vez?

FRIEDA No, pero lo estuve pensando.

HELLINGER Entonces trabajaré contigo ahora. ¿Quién pertenece a tu familia?

FRIEDA Ahora solo quedamos mis padres y yo.

HELLINGER ¿Cómo se suicidó tu hermano?

FRIEDA Se tiró de un puente de la autopista.

HELLINGER ¿Qué edad tenía?

FRIEDA Veintisiete años.

HELLINGER Configuraremos a estos cuatro: tu padre, tu madre, tu hermano muerto y tú.

FRIEDA Mi madre tuvo otro hijo, que murió seis días después de nacer. Era mi hermano mayor.

HELLINGER Aquí vemos otra vez la dinámica de «te sigo». Por supuesto, necesitamos también a este hermano; porque de él se olvidaron por completo. Pero lo introduciremos más tarde. *(Frieda coloca a su propia representante de espaldas delante de su madre. A la izquierda de su propia representante posiciona a su padre. El hermano que se suicidó se encuentra a su derecha, pero un paso atrás. Al grupo)* Toda la familia está enfocada hacia un solo punto, ¿lo veis? Probablemente estarán mirando todos al hijo que murió después de nacer. *(A Frieda)* ¿Se le ha reprochado a alguien la muerte de ese hijo?

FRIEDA Sí. Ese hijo nació prematuramente, a los siete meses, y mi madre le reprocha a su padre que le hiciera la vida tan imposible que, por razones psíquicas, acabó teniendo al niño prematuramente. El niño no mamaba, y prácticamente se murió de hambre.

HELLINGER Ahora introduciré también a este hijo. *(Coloca al primer hijo, muerto prematuramente, a una cierta distancia delante de la familia, de manera que todos lo puedan ver)* ¿Qué tal el padre?

PADRE Antes me sentía totalmente solo, o sea, únicamente orientado hacia delante. Ahora me siento atraído por el hijo muerto y empiezo a sentir rabia contra mi mujer.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la madre?

MADRE Antes me encontraba fatal. Estaba realmente mareada, era muy desagradable. Ahora, al menos tengo algo donde mirar. Pero no es que me encuentre bien.

SEGUNDO HIJO † Me resulta muy desagradable que mi madre esté a mis espaldas. Antes, cuando me ha puesto la mano en el hombro, aún era peor.

TERCERA HIJA Quería que hubiese más distancia entre mi padre y yo, y me sentía muy atraída por este hermano a mi lado. Desde que está el otro hijo, todo ha cambiado. Ahora me parece que hay más distancia entre mi padre y yo.

HELLINGER ¿Quién siente que merece la muerte? La madre. ¿Y quién murió por ella? El hijo. *(Al hijo que murió después de nacer)* ¿Cómo te encuentras tú?

PRIMER HIJO † Antes, espontáneamente me sentía mal. En un primer momento, la carga venía de la familia, pero después, poco a poco se ha mostrado que provenía de mi madre. *(Hellinger lleva a la madre fuera de la familia)*.

HELLINGER *(A la madre)* ¿Cómo te encuentras aquí?

MADRE Mejor. El peso en el lado derecho ha desaparecido.

HELLINGER La solución sería esta. *(Coloca a los tres hijos enfrente del padre)* ¿Cómo se siente ahora el padre?

PADRE Me siento aliviado.

PRIMER HIJO † Siento que tiendo hacia mi madre.

SEGUNDO HIJO † Yo me siento seguro y protegido.

TERCERA HIJA Ahora está bien.

(Hellinger pone al hijo que murió al poco de nacer delante de la madre, de espaldas a ella).

HELLINGER Esta es la dinámica. La madre dice: «Te sigo». *(A la madre)* ¿Cómo te encuentras aquí?

MADRE Me siento llena de cariño. Me encuentro mucho mejor.

PRIMER HIJO † Ahora tengo una posición relativamente buena. No del todo bien, pero...

(Hellinger pone al hijo que murió al poco de nacer a la izquierda de la madre).

HELLINGER ¿Qué tal así?

PRIMER HIJO † Aún podría ser mejor.

HELLINGER El lugar correcto para él sería al lado del padre y con los hermanos. ¿Qué tal para los hermanos si él no está?

SEGUNDO HIJO † Me siento vacío en mi lado derecho.

TERCERA HIJA Me siento totalmente confundida.

HELLINGER Si este no está con sus hermanos, ellos lo siguen. Ahora mostraré otra solución. *(Coloca a la madre a la izquierda del marido, y al hijo que murió al poco de nacer, sentado en el suelo delante de los padres, apoyado contra ellos. A los padres)* Poned cada uno una mano en la cabeza de vuestro hijo, suavemente. *(La mujer rompe a llorar. A la mujer)* Mira a tu hijo. Apóyate en tu marido y después dile a tu hijo: «Mi querido hijo».

MADRE Mi querido hijo.

HELLINGER ¡Repítelo!

MADRE Mi querido hijo.

HELLINGER ¡Respira hondo!... ¡Abre la boca!... ¿Qué tal ahora?

MADRE Me encuentro mejor. Ahora también puedo ver a los demás.

HELLINGER *(Al hijo que murió al poco de nacer)* ¿Cómo te encuentras tú?

PRIMER HIJO † Bien

HELLINGER *(Al hijo que se suicidó)* ¿Y cómo estás tú?

SEGUNDO HIJO † Es la primera vez que veo a mi madre.

HELLINGER *(Al grupo)* Cuando pasa algo así, que se muere un hijo, para los padres es más fácil buscar algún culpable, o sentirse culpables ellos mismos; así no necesitan encarar el dolor ni tampoco aquello que el destino dispone. Esta fue una suerte dura para ambos padres. Ante un destino así, la solución sería que los padres se unieran y que se apoyaran mutuamente, diciendo «Lo llevamos juntos», que tuvieran al hijo presente y que lo llevaran en su corazón. Aquí habían perdido de vista al hijo, y lo habían desterrado de sus corazones. *(A Frieda)* Ahora ponte tú misma en tu lugar. *(Cuando ella se encuentra en su lugar)* ¿Está bien así?

FRIEDA Sí.

HELLINGER De acuerdo, ya está.

Suicidio por amor

HELLINGER *(Al grupo)* Según he podido observar, un *suicidio* casi siempre sigue la dinámica expresada en las frases *«te sigo»* y *«mejor que sea yo que tú»*. Sabiendo esto, podemos manejarlo de manera diferente; con mucho más amor y con mucho menos miedo. Así, se busca a la persona a la que un suicida pretende seguir y, con amor, se le hace entrar en juego nuevamente. En cuanto esta persona aparece y recibe el lugar que en el sistema le corresponde, el peligro de suicidio desaparece. Lo mismo se aplica también a los casos de tendencia suicida en la línea del «mejor que sea yo que tú», es decir, cuando alguien pretende seguir a una persona muerta en lugar de otro miembro de su familia. Aún existen otras implicaciones por las que alguien entra en peligro de suicidio; por ejemplo, *la necesidad de expiar una culpa*; aunque también en este caso la frase *«te sigo»* desempeña un papel importante. En la mayoría de los casos, sin embargo, una persona se encuentra en peligro de suicidio por amor, al igual que se pudo ver aquí.

UN PARTICIPANTE Hasta ahora, siempre has buscado la solución a través del cliente; en este caso, sin embargo, lo hiciste a través de la madre. Ahora bien, aquí la cliente es Frieda. ¿Qué puede hacer ella?

HELLINGER La cliente en este caso fue la madre; la cliente en el auténtico sentido de la palabra. Aquí lo hice por la madre y por toda la familia.

Buscar culpables para evitar el dolor

FRIEDA Aún tendría una pregunta: hasta cierto punto me siento culpable. Tengo la

sensación de que hubiera podido evitar el suicidio de mi hermano, y...

HELLINGER No, no. Esta es la misma dinámica que acabo de describir: cuando se busca la culpa en uno mismo o en otro, ya no se necesita enfrentar ni el dolor ni la dureza del destino. Esa es la solución más fácil. Es más fácil que aceptar el destino. Puedes decirle a tu hermano muerto que respetas su decisión –si lo miramos aquí, no fue ninguna decisión libre en este sentido–, que respetas su destino y sus implicaciones, y que no tiene que preocuparse de que permanezca algo malo. ¿De acuerdo? *(Frieda asiente con la cabeza)* Eso aún faltaba.

El procedimiento en el trabajo con constelaciones familiares

OTRA PARTICIPANTE Cuando un paciente empieza a ser sintomático en un sentido psicoterapéutico y, finalmente, se sabe que su madre se suicidó, ¿por principio configurarías también la historia de la madre en la constelación, o la dejarías aparte?

HELLINGER Seguramente habrá que incluir a la madre. Ahora bien, en un principio empiezo con pocas personas, como pudiste ver aquí. Después, cuando veo que aún falta alguien, lo añado posteriormente. Por la dinámica del grupo restringido se ve si este necesita ser ampliado. Como la madre se suicidó, seguramente tenderá hacia fuera. En un caso así, miraría a ver con quién quiere ir. Preguntaría por lo que ocurrió en su familia, y si encuentro a las personas clave, las introduzco en la constelación. Pero *nunca deben configurarse a más personas de las estrictamente necesarias para la solución*; no todo el sistema, por ejemplo; eso inmediatamente crea confusión.

¿Cuándo entra en juego el cliente?

OTRA PARTICIPANTE Una pregunta técnica: ¿el cliente solo entra en juego en cuanto todos los participantes hayan encontrado sus posiciones correctas?

HELLINGER Por regla general, sí. Cuando otros antes le reflejan lo que realmente está ocurriendo, le afecta de manera muy diferente que si él mismo participa directamente, ya que, quizá, se resista interiormente en algunos puntos. Los que actúan como representantes se oponen mucho menos. Por tanto, la impresión es mucho más fuerte si primero le llega de otros. Sin embargo, existen casos en los que no le pido al cliente que ocupe su lugar, ni siquiera al final. Por ejemplo, si noto que se siente intimidado; en una situación así, lo protejo y solo dejo que observe el trabajo.

¿A qué distancia pueden estar los muertos de los vivos?

UNA PARTICIPANTE Antes has hecho que el hermano muerto se pusiera al lado de la hermana viva. Mi intuición fue que tendría que haber un poco de distancia para reconocer y respetar esa decisión del hermano. ¿Por qué lo has hecho?

HELLINGER Él tenía que estar directamente al lado de la hermana. *(A Frieda)* ¿Es así? *(Frieda asiente con la cabeza)* Esta ha sido la respuesta: su gesto. De lo contrario, nos orientamos por medio de discursos teóricos, alejándonos de la dinámica. Por la dinámica estaba clarísimo que era así. Si no hubiera querido ponerse al lado, él mismo se habría apartado; no se habría quedado allí. Por tanto, me fío totalmente de la dinámica del momento.

Hija heroinómana. Lo masculino falta

HELLINGER *(A Georg)* ¿De qué se trata?

GEORG Tengo una hija heroinómana.

HELLINGER Entonces configuraremos a tu familia actual. ¿Quién forma parte de ella?

GEORG Mi mujer, yo, una hija que tenemos, y otros dos hijos de un primer matrimonio de mi mujer.

HELLINGER ¿Por qué se separó el primer matrimonio?

GEORG Eran muy diferentes y se fueron distanciando. En el fondo, mi mujer hubiera querido casarse con otro hombre, pero por algún motivo acabó casándose con aquel.

HELLINGER ¿Por qué quería tener al otro?

GEORG Por lo que me dijo, se sentía más unida al otro.

HELLINGER A este también lo necesitamos. ¿Tú tuviste algún compromiso antes?

GEORG No.

HELLINGER ¿Con quién se criaron los hijos del primer matrimonio de tu mujer?

GEORG Con mi mujer. Pero su hijo se ha distanciado mucho; también la hija se ha distanciado algo de ella, pero aún queda algún contacto. *(Coloca a su hija a la derecha de su propio representante, un poco distanciada y ligeramente girada hacia él. La madre de la hija se encuentra a una cierta distancia, también hacia la derecha, mirando a Georg y a la hija. Al primer novio de su mujer lo coloca detrás de ella, a la izquierda de ella, a una cierta distancia y con la mirada puesta en la familia. Al primer marido de la mujer lo lleva lejos, hacia la derecha de ella y con la mirada hacia fuera. El segundo hijo del primer matrimonio se encuentra detrás de su padre, un poco a la izquierda,*

mirando en la misma dirección. La primera hija del primer matrimonio está ubicada entre su madre y su padre, con la mirada puesta en el representante de Georg).

HELLINGER *(Al representante de Georg)* ¿Qué tal el marido?

MARIDO Tengo sentimientos contradictorios: por una parte, auténtica rabia porque aquí estamos encerrando a nuestra hija en un triángulo; en segundo lugar, la impotencia de no poder hacer nada. Por otro lado, quisiera saltarle a la cara a ese novio, pegar un golpe en la mesa y aclarar qué porquería se está cociendo aquí.

HELLINGER ¿Qué tal la mujer?

MUJER Me llega mucho calor de aquí, de la izquierda, de mi novio. *(Se ríe)* Es sorprendente. Lo que me irrita es no ver a mis otros hijos, sino solo a esta hija. Mi marido está muy lejos.

HELLINGER La solución es obvia. Solo hay una solución. *(Gira a la mujer y al novio, colocando a la mujer detrás de este)* Esta es la solución. ¿Cómo se encuentra el marido ahora?

MARIDO En el momento que estos dos se han girado, la tensión ha cesado. Ahora estoy solo y triste.

HELLINGER ¿Qué tal la hija ahora?

TERCERA HIJA Antes, fatal. Me sentía sola; tenía la sensación de que podía pegar golpes a diestra y siniestra sin hacer daño a nadie nunca. Ahora las cosas están un poco más claras. Sigo mirando al vacío, pero me estoy serenando un poco.

(Hellinger la lleva a la izquierda del padre; asimismo, gira al primer marido de la mujer, de manera que mira al representante de Georg. A continuación, coloca a sus hijos a su izquierda, por orden de edades).

HELLINGER *(A la hija de Georg)* ¿Qué tal aquí, al lado de tu padre?

TERCERA HIJA Mejor, más claro. Tengo la sensación de que aquí podría encontrar la paz.

HELLINGER ¿Qué tal el hijo?

SEGUNDO HIJO Muy bien. Antes estaba demasiado apartado; eso no era correcto.

PRIMERA HIJA Yo también me encuentro mejor ahora.

PRIMER MARIDO Yo también; es mucho mejor.

HELLINGER ¿Qué tal la madre?

MUJER Yo no me encuentro bien. Me siento como castigada aquí. *(Se ríe)*.

HELLINGER Con razón. *(Risas en el grupo)* ¿Cómo se encuentra su novio?

NOVIO DE LA MUJER Me encontraba muy bien en la primera constelación. Después, cuando me has girado, pensé: «Ahora estoy totalmente fuera». Y ni siquiera me he dado cuenta de que también le has dado la vuelta a ella. Cuando lo he visto, de repente he vuelto a sentir mucho cariño y he pensado que en el fondo podría estar a mi lado.

HELLINGER Podemos hacerlo. *(La coloca a la derecha de él. Cuando la mujer y su amigo no parecen realmente felices)* El sueño del amor es un poco más grande que la realidad. *(Risas y aplausos en el grupo. A Georg)* ¿Quieres ponerte tú mismo en tu lugar? *(Georg se pone primero a la derecha de la hija, después quiere ponerse a su izquierda)*. No, no, quédate en tu lugar.

GEORG Para mí, la mujer está demasiado lejos. Tengo que verla. Tiene que estar más cerca de mí.

(La hija dice «¡No!», sacudiendo la cabeza).

HELLINGER *(Al grupo)* La hija no tiene de quién fiarse. *(La pone a la izquierda de sus hermanastros)* ¿Qué tal así?

TERCERA HIJA Quisiera empezar con lo que sentía cuando aún estaba allá. Antes de que Georg mismo ocupara su lugar, tenía la sensación de estar más segura, y tenía la esperanza de que él podría darme aún más seguridad. Pero cuando ha dicho «Mi mujer tiene que acercarse más», he pensado: «No, eso no lo quiero». Aquí, al lado de mis hermanos, tengo la sensación de que puedo orientarme y que hay un mismo nivel, aunque no sé de dónde puedo recibir ayuda ahora y si vendrá del padre. Pero aquí me encuentro en un nivel adecuado, con igualdad de derechos.

HELLINGER Quisiera decir algo acerca de la adicción. La adicción se crea cuando la madre desprecia al marido, y le transmite al hijo la idea de que no viene nada bueno del padre, sino solo de ella. En consecuencia, el hijo toma tanto que le hace daño. La adicción es la venganza del hijo. Se venga de la madre por no poder tomar nada del padre. Por tanto, la adicción se cura cuando también el padre le da al hijo, y cuando el hijo toma del padre; siempre con la mirada puesta en la madre. Aquí, este paso no es posible, ¿os habéis dado cuenta? El marido, como padre, no está dispuesto a darle a la hija aquello que necesita. La hija no puede recibir ni tomar aquello que necesita, ni de la madre, ni del padre. Solo le quedan los hermanos. *(Al primer marido)* ¿Qué tal para ti si ella está al lado de tus hijos?

PRIMER MARIDO Es igualmente bueno de una manera o de otra.

HELLINGER *(Al grupo)* Él es el más fiable de todos; con mucho, el más fiable. Aquí está segura la hija, aquí tendría que ir. *(A Georg)* ¿Lo he dejado claro?

GEORG Sí. Pero es difícil traducirlo a la realidad.

HELLINGER *(Al grupo)* Mi sospecha es que Georg mismo no tiene ningún padre. Tampoco él puede apoyarse en su padre. *(A Georg)* ¿Cómo fue en tu familia?

GEORG No me crié con mi padre; mi mujer tampoco.

HELLINGER Ya lo tenemos. En esta familia no hay ninguna fuerza masculina que pueda salvar a la hija. Ahora introduciremos a su padre para ver qué cambia. *(Coloca al padre de Georg detrás de este, un poco a su derecha)* ¿Qué tal para la hija ahora?

TERCERA HIJA Se me hace más simpático. *(Se ríe abiertamente)*.

HELLINGER *(A la hija)* Ahora intenta ponerte otra vez al lado de tu padre. ¿Qué tal así?

TERCERA HIJA Es mejor que antes.

GEORG Para mí, también está bien.

HELLINGER ¿Podrás ahora cuidar a tu hija y renunciar a tu mujer?

GEORG *(Vacila)* Sí, sí.

HELLINGER De acuerdo, ya está. *(Al grupo)* ¿Hay preguntas en relación a esta constelación?

UNA PARTICIPANTE ¿Por qué has puesto a la hija a la izquierda del padre?

HELLINGER Lejos de la madre.

UN PARTICIPANTE Para mí, aún no había una auténtica sintonía. Yo no hubiera dejado que Georg se marchara simplemente así. Creo que quizá aún necesite algún consejo.

HELLINGER Me fío de su alma.

Los hijos deben seguir al padre, al igual que la madre debe seguir al marido

OTRA PARTICIPANTE Has dicho que si el padre fuera respetado y valorado, no se desarrollaría ninguna adicción, o esta desaparecería. Me he sentido muy aludida. Mi padre no estuvo. Cayó en la guerra cuando yo tenía cuatro años. Lo respeto mucho y, por lo que parece, ya de niña debí de buscarlo mucho. Él y su familia, de origen muy humilde, nunca fueron respetados ni valorados por mi madre. ¿Qué hay que hacer en este caso?

HELLINGER Primeramente, uno se pone interiormente al lado del padre, mirando con desafío a la madre y diciendo: *«Él es tan importante para mí como tú, y lo tomo todo de él, igual que de ti»*. Después se dice el apellido –supongamos que el padre se llama Schmitt– y se le dice a la madre: «Yo soy una Schmitt». Es algo que también hay que recuperar en la realidad, si la madre aún vive. Es muy difícil. Exige ir hasta el límite de la propia valentía. El orden del amor en la relación entre marido y mujer, y en la familia, por regla general exige que la mujer siga al marido. Es decir, que lo siga en lo que respecta a su familia, a su idioma –si es que habla otro idioma–, a su cultura, quizá incluso a su religión; y también quiere decir que ella les permite a los hijos que sigan al padre en este mismo sentido. No puedo alegar razones para esto. No tiene nada que ver con el patriarcado ni nada similar. Pero se ve el efecto de optar por una actitud o por otra, por la paz que de repente reina, y por la fuerza positiva que de pronto surge en una familia así. La única *excepción* que yo conozco se da cuando la familia del padre está especialmente afectada por destinos trágicos y difíciles. En un caso así, los hijos deben

salir de la esfera del padre y de su familia, para pasar a la esfera de la madre y de su familia. Una vez, en un grupo, participó una paciente con trastornos psicóticos, acompañada de su madre. Cuando configuramos a la familia, la madre dijo:

–Mis hijos son medio árabes, porque me casé con un árabe, un sirio.

El padre, sin embargo, vivía con la familia en Alemania. Le dije:

–Tus hijos son sirios, ¿eres consciente de este hecho?

La madre no había encarado abiertamente el problema; así, por ejemplo, ni siquiera sabía cuál era la religión que su hija consideraba suya. Se lo pregunté a la hija, y esta contestó:

–Soy musulmana.

Era algo que en esa familia se había mantenido en secreto ante la madre. Después configuramos una constelación con los dos países, de la misma manera que se configura una constelación familiar. El hombre que representaba a Siria dijo:

–Me siento tan generoso.

Y la madre dijo:

–Así es, exactamente.

Alemania recibió un lugar respetado en la constelación, pero la cultura, el idioma y la religión del marido tenían una clara prioridad. Una vez que se aclaró este punto y la hija pudo admitirlo, se sentía completamente feliz y bien, y en el lugar que le correspondía. Pero la frase que antes he dicho aún debe ser completada por otra para lograr el equilibrio. La frase es esta: *«El hombre debe estar al servicio de lo femenino».* Ambos aspectos forman parte del orden del amor: que la mujer siga al marido, y que el marido esté al servicio de lo femenino.

UN PARTICIPANTE Aún tendría otra pregunta más. Aunque el sirio viva en Alemania, a pesar de todo sigue siendo sirio, el padre sirio. Por tanto, ¿no tendría que volver a Siria, y la mujer con él?

HELLINGER No estoy seguro.

OTRO PARTICIPANTE También tengo una pregunta. En la Biblia se dice: el hombre deja a su padre y a su madre y se une a su mujer. En Westfalia, donde me crié, existe otro dicho: «Cuando en una familia se casa el hijo, los padres pierden al hijo; cuando se casa una hija, los padres ganan un yerno». ¿Eso significaría justamente lo contrario?

HELLINGER Solo digo: ¡Pobre diablo!

(Risas en el grupo).

UNA PARTICIPANTE ¿Qué hay que hacer cuando uno creció en una familia en la que el padre vino a Alemania y vivió aquí como si hubiera sido su propio país? Mi padre era checo y siempre vivió aquí. Realmente abandonó a su familia y no volvió a ver a su madre antes de que se muriera.

HELLINGER ¿Sabes checo?

PARTICIPANTE No.

HELLINGER ¡Tienes que aprenderlo! *Los hijos que tienen padres de dos países diferentes tienen dos patrias.* Eso es muy importante. En este caso, la patria del padre tiene prioridad, y la de la madre recibe el más alto respeto.

PARTICIPANTE Noto que hay algo en mí que no me deja tranquila. Es como si estuviera partida en dos.

HELLINGER *(Al grupo)* Haremos una prueba ahora, y con su ejemplo demostraremos lo que antes he contado de aquel otro caso. *(A la participante)* Pon a alguien para Chequia, a alguien para Alemania, y a alguien para ti. Configúralo tal como es para ti actualmente. *(La participante coloca a su propia representante enfrente de Alemania, a una cierta distancia. A Chequia la posiciona muy apartada, con la mirada hacia fuera)*.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra Chequia?

CHEQUIA Mal, estoy fuera.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra Alemania?

ALEMANIA Solo veo a una persona: a la mujer.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la mujer?

MUJER No muy bien. Echo en falta a Chequia, y con Alemania no me acaba de gustar lo que veo.

HELLINGER *(Gira a Chequia y después pregunta a la mujer)* Si probaras dónde te encuentras mejor, ¿adónde querrías ir?

MUJER Quiero ir con Chequia.

(Se pone a la izquierda de Chequia).

HELLINGER ¿Cómo se encuentra Chequia ahora?

CHEQUIA Mejor. Pero siento la tendencia de acercarme a Alemania.

HELLINGER ¿Qué tal Alemania?

ALEMANIA He perdido algo.

(Hellinger coloca a Alemania a la izquierda de la mujer. A Chequia la pone hacia su derecha y algo adelantada, mirando a ambos).

HELLINGER *(A la participante misma)* ¿Quieres ponerte tú misma? Aún puedes probar a qué distancia quieres ponerte del uno o del otro. *(La mujer se pone al lado mismo de Chequia y se ríe. Al grupo)* De acuerdo. ¿Acabo de demostrar que un hijo, para que le vaya bien, tiene que seguir al padre a su país y a su familia? *(Risas en el grupo)* De acuerdo, ya está.

OTRA PARTICIPANTE Aún tengo otra pregunta más. Según tu concepto, mi hijo sería

español. Tiene seis años, y ya no mantengo ningún contacto con su padre. ¿Cómo es eso para el niño?
HELLINGER ¿El niño tiene también abuelos españoles?
PARTICIPANTE Un abuelo, sí.
HELLINGER Es lo que se suele olvidar, que detrás del padre también hay una familia.
PARTICIPANTE También tiene unos tíos.
(Risas en el grupo).

Cáncer de mama: ninguna simpatía hacia los hombres

HELLINGER *(Al grupo)* Tengo a mi lado a una mujer con la que quisiera trabajar ahora. Ella dirá brevemente de qué se trata.
HEIDI Tengo cáncer de mama. Me operaron hace dos semanas, y desde entonces lo sé con certeza. Hace nueve años, mi madre murió también de cáncer de mama. *(Se ríe)*.
HELLINGER ¿Estás casada?
HEIDI Estoy casada y tengo dos hijos. El mayor es de otro hombre; supongo que este también entrará en juego aquí. *(Se ríe)* Aunque no estuve casada con ese hombre. Mi marido actual adoptó a este hijo.
HELLINGER Horrible.
HEIDI Además, tenemos también una hija común. Mi marido también tiene otro hijo, pero yo no tengo nada que ver con él; es de otra relación anterior.
HELLINGER ¿Por qué no te casaste con tu primer compañero?
HEIDI No quise. Pensé: «Ahora tengo un hijo, y eso basta». Y también: «Este no es el marido que yo quiero».
HELLINGER ¿No? Y tu marido actual, ¿estuvo casado anteriormente o también tuvo solo una relación?
HEIDI Fue una relación. Él quería casarse con aquella mujer, pero ella, la madre de su hijo, no quiso.
HELLINGER Empezaré por el sistema actual. Es decir, necesitamos a tu marido anterior –digámoslo así–, te necesitamos a ti, y al hijo de aquella relación; después, también tu marido actual, la mujer anterior de este, su primer hijo y vuestra hija común. ¿Se casó su mujer anterior?
HEIDI No, crió al hijo sola.
HELLINGER ¿Se casó tu marido anterior?

HEIDI No lo sé. Ya no estamos en contacto. Como no fue ningún matrimonio...

HELLINGER En cuanto hay un hijo, este vincula a los padres como si fuera un matrimonio. Entonces ya no se puede tratar de la manera en que tú lo haces. Fue tu primer marido. Ahora nos lo miraremos de cerca. Configúralo. *(Heidi coloca a su propia representante al lado derecho de su marido. Al hijo adoptado y a la hija común los posiciona enfrente de ellos dos. A la primera mujer y al hijo de esta relación los coloca a la izquierda de su marido, a una cierta distancia. El hijo mira a sus hermanos, la primera mujer está girada y aparta la mirada. A su primera pareja la pone lejos de los demás, dándoles la espalda y mirando hacia fuera)* ¿Cómo se encuentra el marido?

MARIDO Me encuentro como en un miniclub aquí. Con mi primera mujer y con mi primer hijo no tengo nada que ver.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la mujer?

MUJER Mis hijos me cortan el paso, me separan de mi primer marido. Están en medio.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el hijo de ella?

SEGUNDO HIJO Quisiera ir con mi padre.

HELLINGER ¿Y cómo te encuentras aquí? ¿Qué sientes?

SEGUNDO HIJO Es demasiado estrecho.

TERCERA HIJA Estoy muy cerca de mi madre. Para mí, está demasiado cerca, y mi padre está demasiado lejos.

HELLINGER En una familia así, el hijo del primer marido representará a su padre en la nueva familia, y frente a su madre y a su padre adoptivo tendrá los sentimientos de su padre. Y la hija representará a la primera mujer de su padre, y tendrá los sentimientos de esta frente a su padre y a su madre. Esta es una ley inquebrantable. *Siempre que haya un marido o una mujer anteriores que no son respetados, en el siguiente matrimonio serán representados por algún hijo o alguna hija que vuelven a llamar la atención sobre ellos.* ¿Cómo se encuentra la primera mujer?

PRIMERA MUJER Quisiera ver a mi compañero anterior y me irrita que el otro marido me dé la espalda.

PRIMER HIJO Me siento aislado. No sé a qué lugar pertenezco.

PRIMER MARIDO Me siento apartado, engañado, aiLAdo y también furioso.

HELLINGER Estos son los sentimientos que su hijo tendrá en esta familia. Ahora configuraremos un cierto orden. *(Pone a la mujer –Heidi– a la izquierda del marido y a la primera mujer de este a la derecha de él. Al primer hijo)* ¿Cómo te encuentras? Acabas de reírte.

PRIMER HIJO Esperaba poder ir con ella y con mi padre, que se me colocara allí. Allí quiero ir. Si puedo ir allí, no me sentiré tan solo.

HELLINGER ¿Qué tal ahora la segunda mujer?

MUJER Siento que estoy perdiendo terreno. No me siento bien.

HELLINGER ¿Qué tal el marido?

MARIDO Ella está demasiado cerca.

HELLINGER ¿Quién?

MARIDO Ella. *(Señala a su mujer actual –Heidi– y se acerca más a la primera)*.

HELLINGER Con ella existe el primer vínculo. *(Lleva a la representante de Heidi al lado derecho de su primera pareja; en medio de ellos dos se encuentra el hijo de esta relación. Enfrente de ellos coloca al marido y a la primera mujer de este. La hija menor se encuentra a la izquierda del marido, el primer hijo del marido y su primera pareja se encuentra a la derecha de su madre)* ¿Qué tal ahora?

(El marido actual de la mujer asiente con la cabeza).

MUJER Bien.

PRIMER HIJO De acuerdo.

SEGUNDO HIJO Sí, está bien.

TERCERA HIJA Bien.

PRIMER MARIDO Estoy contento, pero siento la necesidad de que ella repare lo que pasó. Tendría que ponerse a mi izquierda.

(La mujer se ríe).

HELLINGER No quiero indagar más aquí.

HEIDI *(Tras una pausa)* Este no es mi lugar. ¿Dónde están mi hija y mi marido?

HELLINGER Prueba a ver si encuentras algo mejor. Adelante. Pero tienes que ponerte en las respectivas posiciones y ver cómo es para ti y cómo es para los demás. No puedes hacerlo únicamente como a ti te parezca. *(Heidi deja a su primera pareja y al hijo común atrás y se coloca delante de los demás)* ¿Qué dice su segundo marido?

MARIDO Es un poco raro. Debe saber a qué lugar pertenece. Aquí no.

HELLINGER *(A Heidi)* Los has perdido a todos. *(Al grupo)* ¿Os dais cuenta de cómo los trata? Sin ningún respeto. Ni siquiera piensa en lo que deben sentir el primer y el segundo marido. No se percibe ninguna simpatía hacia los hombres. Piensa que puede actuar según le parezca. Y ahora no tiene ni al uno ni al otro, este es el resultado. *(A Heidi)* A veces, el cáncer es una reparación. Según mis observaciones –que ciertamente son muy limitadas–, el cáncer de mama es, a veces, la expiación de una injusticia cometida contra un hombre. *(Al grupo)* Con su primer marido se cometió una gran injusticia, y también con el hijo, porque se le quitó el padre. El hijo incluso fue adoptado; de esta manera, se le quitó doblemente el padre. No solo tuvo que vivir con la otra familia, sino que, además, tuvo que renunciar al nombre de su padre. *(Heidi*

protesta) Lo que aquí es legal no tiene ninguna importancia para mí. El hijo tiene que llamarse como el padre para que pueda sentirse bien. *(Al grupo)* Aquí se ve el matriarcado. ¿Lo notáis? Cuando se trata de los hijos, las mujeres son las únicas que mandan. *(A Heidi)* De momento, lo dejaré aquí y que actúe en tu interior.

La prioridad de lo inmediato

HELLINGER *(Al grupo)* Naturalmente, aquí aún está obrando otra dinámica, que tiene que ver con su familia de origen y que no se mencionó antes. Pero, mientras no se trabaje sobre la situación actual, no aporta nada abordar el sistema anterior. Se empieza en el primer plano, con el presente. Solo después se indaga en el pasado. Buscar la solución en el pasado sin haber arreglado lo que sigue pendiente en el presente no llevaría a ninguna parte. Además, hay que tener en cuenta otro principio más: existe una jerarquía entre los problemas. Es decir, lo inmediato tiene prioridad sobre lo anterior; la familia actual, sobre la familia de origen. Por tanto, *cuando en la familia actual aún queda pendiente algún asunto significativo, aquello que en la familia de origen sigue sin solucionar pierde importancia y fuerza.*

Cónyuges anteriores son representados por hijos posteriores

UN PARTICIPANTE ¿Podrías explicar otra vez esa ley inquebrantable?

HELLINGER ¿Qué ley inquebrantable?

PARTICIPANTE Al principio de esta última constelación has mencionado una ley inquebrantable.

HELLINGER Ahora me acuerdo. Bien. Cuando hubo un vínculo anterior –es posible determinar si hubo o no hubo tal vínculo; y siempre que hubo hijos de una relación existe un vínculo fuerte–, y cuando los miembros de la pareja posteriormente establecen nuevas relaciones y tienen hijos, los cónyuges anteriores son representados por estos hijos. Asimismo, estos hijos vengarán con sus propios padres la injusticia que estos cometieron con sus parejas anteriores. Aquí significa que la hija representará a la mujer anterior de su padre si la injusticia que esta sufrió no es reconocida y reparada. Asimismo, el hijo representará en la familia nueva al marido anterior de la madre; en este caso, a su propio padre. Hasta ahora, no he visto ninguna excepción a esta dinámica. Por tanto, cuando en una constelación surge algo así, empiezo en este punto, y solo

cuando está aclarado, paso a lo siguiente. *Este es el motivo por el que siempre pregunto por parejas anteriores de los padres antes de configurar una constelación.*

UNA PARTICIPANTE ¿La identificación con una pareja anterior siempre está relacionada con el sexo de la persona, o también puede ser que una chica represente a un compañero anterior de la madre?

HELLINGER Cuando en un matrimonio solo hay hijas, también una chica representará al marido anterior de la madre; y si solo hay hijos, frecuentemente un chico representará a la mujer anterior o al amor de su padre. En un caso así, el chico puede acabar haciéndose homosexual. No sé si en caso de que sea una mujer ocurre de manera análoga, pero con los hombres lo he visto así.

Hijos de relaciones extramatrimoniales

UNA PARTICIPANTE ¿Qué ocurre con hijos que nacen de relaciones extramatrimoniales?

HELLINGER ¿Hijos *naturales*?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Siempre deben ir con su padre.

PARTICIPANTE ¿Y qué ocurre si esto se repite? Mi padre tuvo un hijo de una relación extramatrimonial, y mi marido también.

HELLINGER Hay que distinguir. Cuando un hombre, durante un matrimonio, tiene un hijo con otra mujer, tiene que dejar su matrimonio e ir a vivir con esa mujer. El sistema nuevo tiene prioridad sobre el antiguo. Si no lo hace, será fatal para todos. Aunque tenga muchos hijos en su matrimonio: si tiene una nueva relación, e hijos de esa pareja, tiene que ir a vivir con esa mujer y con esos hijos. Naturalmente, sigue siendo padre y responsable de sus hijos, pero la relación de pareja solo puede ser con la nueva mujer. Es una gran exigencia para la primera mujer, pero, por regla general, cualquier otra opción sería aun peor. Cuando una mujer, durante un matrimonio, tiene un hijo de otro hombre, este hijo siempre tiene que ir con aquel hombre, es decir, con su padre. Naturalmente, también se acaba el matrimonio, aunque en apariencia siga existiendo. Quizá no se sepa si la mujer puede formar un hogar con aquel hombre, pero el hijo siempre tiene que ir con el padre. En ninguna parte estará tan seguro como con su padre, por regla general.

UN PARTICIPANTE El siguiente caso: se forma un matrimonio y nace una hija que no es del marido; este hecho, sin embargo, es silenciado. Esa hija tiene ahora 26 años. ¿Debe ponerse sobre el tapete este asunto, o no?

HELLINGER Es imprescindible que se ponga sobre el tapete. *Es uno de los derechos*

fundamentales de la persona saber quiénes son su padre y su madre. Esa hija tiene que ir con su padre. Ese es el único lugar seguro.
OTRA PARTICIPANTE ¿De dónde provienen estas pautas, según las cuales, en un caso así, un hijo siempre tiene que ir con el padre? ¿Cómo te lo explicas?
HELLINGER Únicamente veo que todo lo demás aun es peor; por tanto, elijo el mal menor, y este, frecuentemente, resulta ser una suerte. Es un procedimiento puramente fenomenológico, un resultado de la observación.
(Risas y aplausos en el grupo).

Si no hay ninguna solución

UNA PARTICIPANTE Tengo una pregunta que ya quería hacer ayer. Cuando en una constelación familiar no hay ninguna solución, como lo vimos ayer cuando dijiste «Aquí no se puede hacer nada más, aquí tenemos que dejarlo», ¿qué ocurre entonces? También te he oído decir alguna vez que, con una suerte especialmente difícil, la persona también recibe fuerzas especiales. A este respecto no dijiste nada en tu conferencia de ayer, «Cielo y tierra», ni tampoco en este seminario. ¿Aún podrías hacerlo?
HELLINGER Cuando no se encuentra ninguna solución, o cuando de repente queda claro que no existe tal solución, para el terapeuta es una de las intervenciones más difíciles interrumpir y renunciar a la solución. De esta manera, toda la fuerza del problema no solucionado se queda con el cliente, y esta fuerza busca la solución si la persona se abandona a ella. Puede tardar años, y toda intención de intervenir por parte de otros solo empeora las cosas. *Yo actúo siguiendo el principio de que cada cliente es capaz de hacerse cargo de su propio problema.* Si hay alguien capaz de asumir el problema, en primer lugar, será el cliente mismo. Ninguna persona puede asumirlo y solucionarlo como él. En muchos casos he podido ver que cuando surgía algo horrible y se confrontaba al cliente con este hecho, por ejemplo, que se moriría pronto, la reacción era de auténtico alivio. Ya que no le digo nada extraño; él lo sabe. Simplemente no ha tenido nunca la oportunidad de mirarlo tan abiertamente como ahora.

Accidente del hijo. «Prefiero irme yo antes que tú, mi querido padre»

HELLINGER *(A Isabel)* Dinos brevemente de qué se trata.
ISABEL Hace 11 años, mi hijo sufrió un accidente grave y quedó seriamente

discapacitado. Creo que en el fondo se trata de la familia de mi marido, ya que la madre de mi marido murió en un accidente. La hermana de mi marido también sufrió un accidente grave, pero ella está bastante bien ahora.

HELLINGER ¿Qué edad tiene tu hijo?

ISABEL Treinta y un años.

HELLINGER De momento, configuraremos tu sistema actual e introduciremos a las demás personas más adelante. ¿Cuántos hijos tienes?

ISABEL Dos.

HELLINGER ¿Alguno de vosotros, tú o tu marido, estuvo casado anteriormente o tuvo una relación vinculante?

ISABEL No.

HELLINGER Bien. Configura primero a tu marido, a ti y a los hijos; después añadirás a la madre de tu marido. *(Isabel posiciona al primer hijo, discapacitado, delante de su propia representante, mirando hacia la izquierda, lejos. Al segundo hijo lo lleva lejos, también hacia la izquierda, pero girado hacia el sistema y mirando a todos los demás. Al marido lo coloca enfrente de su propia representante, a una cierta distancia, con la mirada puesta en un punto lejano, sin ver a los demás. Al cabo de unos instantes, introduce también a la madre del marido y la pone a su derecha, mirándolo de lado)* ¿Cómo se encuentra el marido, y qué ha cambiado desde que está la madre?

MARIDO Noto las piernas inseguras y temblorosas; es una sensación muy desagradable. Todo esto se ha reforzado cuando ha venido mi madre.

HELLINGER Ponte muy cerca de ella. ¿Qué tal ahora?

MARIDO Más agradable. Me siento más estable, pero ahora no tengo relación con mi entorno.

HELLINGER *(A Isabel)* ¿Qué ocurrió en la familia de su madre?

ISABEL El marido de su madre desapareció en la guerra.

HELLINGER A él lo introduciremos también. *(Coloca al padre del marido al lado derecho de la madre)* ¿Cómo se encuentra el hijo mayor?

PRIMER HIJO A mi madre no la siento en absoluto, y mi abuela me parece amenazante.

HELLINGER Te sacaré de este campo de tensión. *(Coloca a los dos hijos enfrente del marido y de sus padres. A la mujer la posiciona aiLAda a la izquierda, en medio de los dos grupos. Ella mira directamente hacia delante, al vacío)* ¿Cómo se encuentra la mujer?

MUJER Ahora mejor. Antes me encontraba muy mal. Tenía la sensación de que mi hijo mayor me aplastaba el corazón. Con mi marido no tengo ninguna relación. Cuando ha aparecido su madre he empezado a notar una amenaza. Ahora siento que algo fluye hacia allá, hacia mis hijos. Estoy más libre ahora. *(Respira profundamente)*.

HELLINGER ¿Cómo se encuentran los hijos?

PRIMER HIJO Mejor.

SEGUNDO HIJO También me encuentro mejor. Antes tenía la sensación de estar perdido.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el marido ahora?

MARIDO No estoy en el lugar correcto. Siento el impulso de ponerme al lado de mi mujer. *(Se pone al lado derecho de su mujer y su cara se ilumina)*.

HELLINGER *(A Isabel)* Mi imagen es que el marido tiende a seguir a su padre y a su madre, a ambos. Pero en vez de hacerlo él, su hijo tuvo ese accidente. Esta es mi imagen. El hijo le dice al padre: «Prefiero irme yo antes que tú». Ahora bien, en cuanto los muertos aparecen como personas y son reconocidos, el marido puede quedarse y también el hijo puede quedarse.

ISABEL ¿En cuanto los reconoce, o...?

HELLINGER En cuanto reconoce a los muertos y los mira sin miedo, abierta y claramente. Es lo que ahora está haciendo, se puede ver. ¿Ves el cambio en él?

ISABEL Sí.

HELLINGER Entonces vuestros hijos quedan libres. Pero los hijos tienen que pasar a la esfera de la madre, porque la familia de su padre está demasiado lastrada. ¿De acuerdo? Ahora ponte tú misma en tu lugar. *(A Isabel, en cuanto se encuentra al lado de su marido)* Ahora asegúrale a tu marido que os encargáis juntos del cuidado del hijo. ¡Díselo!

ISABEL *(A su marido)* Del cuidado de nuestro hijo nos encargamos juntos.

HELLINGER ¿Qué tal el marido al oírlo?

MARIDO Me cuesta aceptarlo. Antes me sentía muy fuerte aquí, y ahora me cuesta aceptar lo que ella dice.

HELLINGER *(A Isabel)* Tienes que decirle: «Te ayudo a cuidarlo».

ISABEL Te ayudo a cuidar a nuestro hijo.

HELLINGER *(Al marido)* ¿Mejor así?

MARIDO Es mejor.

HELLINGER *(Al grupo)* Él tiene la responsabilidad principal. Por tanto, la mujer solo debe apoyarlo, pero no compartirlo con él. Entonces puede aceptar que ella le ayude. Él tiene la primera responsabilidad porque el hijo lo hizo por él y en su lugar. *(A Isabel)* ¿Está claro para ti?

ISABEL Tengo claro que es así.

HELLINGER De acuerdo, ya está. *(Al grupo)* ¿Alguna pregunta?

REPRESENTANTE DEL HIJO ACCIDENTADO Cuando uno se encuentra en este papel de víctima, ¿qué es lo que le corresponde? ¿Qué es lo adecuado para la víctima?

HELLINGER Eso se nos había olvidado; es una pregunta complementaria muy importante. Si ahora estuviera aquí el hijo, le pediría que le dijera al padre: *«Querido padre, por ti lo asumí a gusto»*. Esta es la verdad, y cuando sale a la luz se convierte en fuente de fuerza para el hijo. ¿Puedes comprenderlo?

REPRESENTANTE DEL HIJO ACCIDENTADO Sí. ¿Entonces, el hijo tampoco tiene que hacerse más preguntas, por ejemplo, por qué el padre no lo hizo él mismo?

HELLINGER No, ya no necesita pensar en eso. Ahora lleva un destino que ya es irrevocable. Pero, mirándolo con perspectiva, ve su motivación y le es más fácil reconciliarse. Así, también puede aceptar los cuidados de sus padres con la conciencia y el corazón tranquilos, lo cual también es muy importante porque, de lo contrario, el hijo tendría miedo de ser una carga para los padres. Así, sin embargo, sabe que se halla en un contexto muy bueno, de inocencia y de amor.

REPRESENTANTE DEL PADRE Aún quisiera decir algo con relación a la situación final de la constelación. Encontrarme frente a mi hijo accidentado ha sido una sensación muy intensa y de profunda vinculación.

HELLINGER Este ha sido un comentario importante para Isabel.

UNA PARTICIPANTE Solo una pregunta corta: ¿existe alguna regla para saber cuál de los hijos adopta este papel?

HELLINGER Suele ser el primero, pero no hay ninguna regla fija.

OTRA PARTICIPANTE Quiero decir lo agradecida que estoy por haber podido presenciar todo esto. Ese hijo iba al colegio con mi hijo, y he encontrado muy acertado todo lo que ha pasado aquí.

Mujer anoréxica. «Prefiero desaparecer yo antes que tú, querido padre»

UNA PARTICIPANTE Antes has mencionado un caso de anorexia; ¿podrías decirnos algo más acerca del tema de la anorexia, y de dónde proviene?

HELLINGER Tenemos a una mujer anoréxica aquí en la sala. Simplemente podríamos configurar su sistema y observar la dinámica. *(A Julia)* ¿Quieres?

JULIA Sí.

HELLINGER *(Al grupo)* Acaba de salir de la clínica, por eso ya tiene mejor aspecto. *(A Julia)* No tienes que contar nada. Simplemente configura tu sistema de origen. ¿Quiénes forman parte de él?

JULIA Mi padre, mi madre, yo y cuatro hermanos. También quisiera incluir a mi ex novio, porque concretamente empecé a desarrollar la anorexia cuando lo conocí a él.

HELLINGER Él no nos hace falta, solo la familia de origen. ¿Alguno de tus padres estuvo casado anteriormente o en una relación estable?

JULIA No en una relación estable, pero hubo una mujer importante para mi padre, con la que no hay ningún vínculo, aunque siempre está presente en un segundo plano.

HELLINGER A esa mujer la incluiremos. *(Julia configura un semicírculo: en medio se encuentra el padre; a su derecha, la primera hija; a continuación, la cuarta hija y, a la derecha de esta, la antigua novia del padre. A la izquierda del padre posiciona al segundo hijo. Detrás de este, un poco más hacia la izquierda, a la madre y, a continuación, a su propia representante como tercera hija. En el extremo izquierdo del semicírculo se encuentra la quinta hija, un tanto apartada de los demás, mirando hacia la madre)* ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE ¿Quién es esta? *(Señala a la mujer que representa a su amiga)*.

HELLINGER La amiga secreta.

PADRE Desde que está ella me encuentro bien. *(Risas en el grupo)*. Antes pensaba: «Ya va siendo hora de que me busque a una mujer».

HELLINGER ¿Qué tal la madre?

MADRE Fatal. No sé para qué estoy en este sistema.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la mayor?

PRIMERA HIJA Por una parte, me encuentro bastante bien aquí con mi padre, y, por otra parte, me gustaría tener a mi madre a mis espaldas.

SEGUNDO HIJO Me siento muy mal. Estoy entre mi madre y mi padre. Mi madre está a mis espaldas y me siento como en la vanguardia, no me encuentro bien.

TERCERA HIJA *(Representante de Julia)* Tengo la sensación de que tendría que ayudar a mi madre.

CUARTA HIJA Yo quiero ir con mi madre. Estoy enfadada con nuestro hermano porque está delante de ella, y no sé qué quiere esta otra mujer que está aquí a mi lado.

HELLINGER Ahora haremos un pequeño experimento. *(A la representante de Julia)* Sal de la sala y cierra la puerta detrás de ti. *(La representante sale por la puerta y la cierra de golpe)* ¿Qué ha cambiado para el padre?

PADRE No lo soporto. Es insoportable.

HELLINGER ¿Qué es insoportable?

PADRE Que ella falte. ¡Si era mi hija!

HELLINGER *(Al grupo)* La dinámica de la anorexia es esta: *«Prefiero desaparecer yo antes que tú, querido padre».* Cuando la hija se va, el padre puede quedarse con la familia. Esta es la dinámica en este caso: el padre tiende hacia esta mujer, y, desa-

pareciendo la hija anoréxica, él tiene que quedarse. Es una solución fatal, pero este es el sentido de la anorexia. ¿Lo he dejado claro?

VARIOS PARTICIPANTES DEL GRUPO Sí.

HELLINGER Ahora buscaremos la solución mejor. ¡Hacedla entrar otra vez! *(Coloca al padre y a su amiga apartados de la familia, girados y mirando afuera. A continuación, pone a los hijos en semicírculo enfrente de la madre)* ¿Qué tal ahora para la mujer?

MADRE Estoy aliviada.

PRIMERA HIJA Me siento confusa.

SEGUNDO HIJO Mejor.

TERCERA HIJA Es bueno estar en esta fila.

CUARTA HIJA Va bien, pero aún no estoy muy segura.

QUINTA HIJA Confusa.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE Estoy vacilando entre «¿Irá bien con la amiga? ¿Será un principio con ella?», y «¿No funcionará en absoluto?».

HELLINGER Es un bello sueño.

(El padre asiente con la cabeza).

AMIGA DEL PADRE En el fondo, yo me encontraba muy bien allá. Podía verlos muy bien a todos, y tenía la sensación de que aquella era mi familia. Ahora, aquí, no es en absoluto bueno.

HELLINGER Ahora intentaremos otra solución. *(Coloca al padre a la izquierda de la madre. A la antigua novia del padre la posiciona hacia la derecha de la madre, a una cierta distancia, pero de manera que pueda ver a toda la familia)* ¿Qué tal ahora?

MADRE Mejor.

PADRE ¡Hola, hijos!

PRIMERA HIJA Me siento llena de amor.

SEGUNDO HIJO Aún estaba furioso porque él se había marchado. Ahora está mejor.

TERCERA HIJA Está bien.

CUARTA HIJA Está bien así.

QUINTA HIJA También para mí está bien.

HELLINGER *(Al grupo)* La mujer no ha tomado plenamente al marido; aún no se ha puesto conscientemente entre él y la otra mujer. Tampoco el marido ha tomado plenamente a la mujer. Así resulta una situación en la que un hijo pretende desaparecer en lugar del padre para mantenerlo con la familia. *(A Julia)* ¿Quieres ponerte tú misma en tu lugar?

JULIA Me siento en una posición tan central... Es muy difícil de soportar.

HELLINGER La desdicha y la muerte son más fáciles, ¿te das cuenta? *(Julia asiente con la*

cabeza) Ahora mira a tu madre y dile: «Mamá, me quedo».

JULIA Mamá, me quedo. Mamá, me quedo.

HELLINGER «Aunque papá se vaya, yo me quedo».

JULIA Aunque papá se vaya, yo me quedo.

HELLINGER Dilo tranquilamente con tus propias palabras.

JULIA Mamá, me quedo, aunque papá se vaya.

HELLINGER ¿Qué sientes al decirlo?

JULIA Es difícil creer en esta posición.

HELLINGER ¿Qué tal para la madre?

MADRE Bien. Antes, cuando ella ha salido de la sala, yo también quería salir.

PADRE Estas frases me han hecho más libre, también de los sentimientos de culpa.

HELLINGER *(A Julia)* ¡Ponte al lado de tu madre, pegada a ella! Y ahora mírala y dile: «Mamá, me quedo».

JULIA *(Con voz fuerte y clara)* Mamá, me quedo.

HELLINGER *(Al grupo)* ¿Verdad que suena bien?

(Risas en el grupo).

JULIA Aquí me resulta más fácil.

HELLINGER Exacto. ¿Qué te dije ayer cuando estuvimos hablando? ¿Dónde está tu lugar?

JULIA Aquí, al lado de mi madre.

HELLINGER *(Al grupo)* Las hijas anoréxicas están seguras al lado de la madre, en contra de tantas teorías terapéuticas. Aquí acabamos de demostrarlo; ¡ojalá! De acuerdo, ya está.

Ataques de hambre con vómitos posteriores *(bulimia)*

UN PARTICIPANTE ¿Puedo hacer una pregunta al respecto? Hoy en día la anorexia y la bulimia frecuentemente se alternan; cada vez hay más casos de estos. Hay menos casos de pura anorexia y muchísimos casos con una alternancia entre la anorexia y la bulimia.

HELLINGER La bulimia y la anorexia presentan dinámicas distintas. En la bulimia, la situación familiar es la de una hija, o un hijo, que solo debe tomar de la madre, pero no del padre. En consecuencia, toma de la madre, por lealtad a ella, y por lealtad al padre vuelve a vomitarlo. De esta manera, es leal a ambos padres. La terapia para la bulimia es muy sencilla. La *indicación estándar para la paciente bulímica* es que, cuando tenga un ataque de hambre, compre con ganas todo lo que quiera comer y que, después, lo extienda sobre la mesa. A continuación, coge una cucharita, se imagina en las faldillas

de su padre, toma el primer bocado y mira a su papá, diciéndole: «A tu lado me gusta; de ti lo tomo con gusto». Y se lo come con placer. Y así sigue con cada bocado. Por regla general, la mera idea ya es suficiente. Pero no hay que hacerlo como un ritual, sino que en cada caso hay que sintonizar con la dinámica para variar las indicaciones de manera correspondiente. Respecto a la alternancia entre anorexia y bulimia, tiene que ver con que la persona que antes era anoréxica aún no se ha decidido plenamente a quedarse. Así, come para quedarse y vomita para marcharse. La solución sería que, en cuanto quiera devolver, le diga al padre: «Papá, me quedo».

Estar en sintonía con algo más grande

HELLINGER Quisiera decir algo sobre la actitud fundamental que mantengo al momento de ayudar y que también es importante para otros cuando busquen soluciones para algún problema. Muchas veces me llaman personas con problemas matrimoniales y me preguntan si pueden venir a verme para solucionarlos. En la mayoría de los casos les respondo: «No, no lo hago». De lo contrario, me pasáis algo que se tiene que quedar entre vosotros. Si venís a verme juntos, vuestro amor sufrirá, ya que traspasáis a un tercero algo que es exclusivamente vuestro. En cambio, les propongo que cada uno de ellos me llame por separado. Entonces, quizá, les haga una propuesta diferente a cada uno, y lo que hagan a partir de ahí no lo quiero saber. Los abandono enteramente a su propio amor, a su propia responsabilidad y a su propia fuerza. Lo mismo se aplica también a cualquier persona que busque la sanación: en cuanto traspasa la sanación a otra persona, haciéndola depender de esta, socava sus propias fuerzas. Las soluciones duraderas son un don y una gracia. Quien las vive, de repente se experimenta en sintonía con algo que supera sus propias fuerzas y que lo sostiene. Lo que en mi trabajo intento conseguir es que una persona sintonice con esa fuerza. Yo mismo me someto a esa fuerza, estoy en sintonía con ella, y así colaboro con algo que tan solo fluye a través de mí. Estas palabras también se dirigen a aquellos que aún quisieran trabajar aquí y que notan que en este seminario ya no será posible. Quizá lo consideren una desgracia. Pero no sabemos si realmente es así. Hay una historia china de un campesino que encontró dos caballos extraviados. La gente le dijo:

–¡Qué suerte has tenido!

Él, sin embargo, contestó:

–Ya veremos.

Al día siguiente, uno de sus hijos montó los caballos, se cayó y se rompió una pierna. Ahora la gente le decía:

–¡Qué mala suerte has tenido!

Él, sin embargo, contestó:

–Ya veremos.

Al día siguiente vinieron unos emisarios del emperador para reclutar soldados para la guerra. Por tanto, nunca se sabe. *(Risas y aplausos en el grupo)*.

El tiempo para este seminario ha terminado. Pero al final aún os contaré una historia. Se trata de una historia filosófica en la que los contrincantes luchan por la verdad y por el conocimiento como otros lo hacen por la solución o la salvación. Pero tampoco aquí el que parece ganar puede existir sin el que fue vencido, ya que cómo podría uno superar la fuente mientras aún está bebiendo de ella. Nosotros, sin embargo, al oír la historia, no necesitamos tomar una postura, y, así, mientras la escuchamos, nos sentimos maravillosamente librados de la obligación de los opuestos. Solo cuando nosotros mismos estamos obligados a referirnos o a actuar y, por tanto, también a decidirnos, los opuestos recuperan su dominio.

Dos tipos de saber

Un erudito preguntó a un sabio
cómo los detalles se reunían para formar un todo,
y cómo el conocimiento de lo diverso
se diferenciaba del conocimiento
de la plenitud.
El sabio dijo:
«Lo disperso se convierte en un todo
si logra encontrar un centro
y actuar centrado,
ya que tan solo a través de un centro
lo diverso se hace esencial y real;
su plenitud, empero, nos parece simple,
casi poca cosa,
como una fuerza tranquila dirigida a lo próximo,
permaneciendo debajo y cerca de aquello que sostiene.
Para experimentar o transmitir la plenitud, por tanto,
no necesito saber
ni decir
ni tener

ni hacerlo todo,
uno por uno.
El que quiere llegar a la ciudad
entra por un solo portal.
El que toca una campana una vez
solo con ese tono hace sonar muchos otros más.
Y el que coge la manzana madura
no necesita averiguar su origen:
la tiene en su mano
y la come».
El erudito objetó que el que quería la verdad
también tenía que saber todos los detalles.
Pero el sabio lo contradijo:
tan solo de la verdad antigua se sabía mucho.
La verdad que conducía más allá
era arriesgada
y nueva,
ya que, así como una semilla oculta el árbol,
también ella esconde su final.
Por tanto, el que vacila al actuar,
porque pretende saber
más de lo que el siguiente paso le permite ver,
pierde lo que es efectivo.
Toma la moneda
en vez de la mercancía,
y de los árboles
hace madera.
El erudito pensaba
que eso solo podía ser parte de la respuesta,
y le pidió aun un poco más.
Pero el sabio se negó:
la plenitud en un principio es como un barril de mosto,
dulce y turbio,
y necesita la fermentación y el tiempo suficiente
para aclararse.
El que entonces,

en vez de probarlo,
bebe
fácilmente se tambalea.

ÓRDENES DEL SABER

La fuerza del centro vacío

El siguiente capítulo describe y resume los pasos importantes en el camino que condujo a las comprensiones descritas en este libro.

Para empezar, contaré una historia.

El entendimiento

Un hombre quiere saberlo, por fin. Se monta en su bicicleta, se va al campo abierto y, lejos de lo habitual, encuentra otro sendero. Ahí no hay indicaciones y así se fía de lo que con sus ojos ve delante de sí, y de lo que su paso puede recorrer. Le impele una cierta alegría de descubrir, y lo que antes más bien era un presentimiento para él ahora se torna certeza. Pero, después, el sendero termina a orillas de un río ancho, y el hombre baja de su bicicleta. Sabe que, si aún quiere seguir más allá, tendrá que dejar en la orilla todo lo que lleva encima. Entonces perderá su terreno firme y será llevado e impulsado por una fuerza que puede más que él, de manera que tendrá que confiarse a ella. Y por eso vacila y retrocede.

Al dirigirse de nuevo hacia su casa, se da cuenta de que sabe poco de las cosas que ayudan, y que le es difícil de transmitir a otros. Demasiadas veces le ha pasado lo de un hombre que sigue a otra bicicleta, cuyo guardabarros golpetea. Le grita:

–¡Eh, tú! ¡Tu guardabarros golpetea!

–¿Qué?

–¡Tu guardabarros golpetea!

–¡No te entiendo! –responde el otro–. ¡Mi guardabarros golpetea!

«Algo ha ido mal aquí», piensa. Luego pisa el freno y da la vuelta. Poco después, pregunta a un maestro anciano:

–¿Cómo haces tú cuando ayudas a otros? Muchas veces vienen a verte personas,

pidiéndote consejo en asuntos de los que sabes poco. Pero después se encuentran mejor.
El maestro le dice:
–No depende del saber, si uno se para en el camino, y no quiere seguir adelante. Porque busca seguridad donde se pide valor y libertad donde la verdad ya no le deja elección. Y así va dando vueltas. El maestro, sin embargo, resiste al pretexto y a la apariencia. Busca el centro, y allí recogido espera –como uno que extiende las velas ante el viento–, si acaso le alcanza una palabra eficaz. El otro, al acercarse a él, lo encuentra allí donde él mismo tiene que llegar, y la respuesta es para ambos. Ambos son oyentes. Y aún añade:
–El centro se distingue por su levedad.

Epistemología científica y epistemología fenomenológica

Son dos los movimientos que llevan a la comprensión. El uno se extiende, pretendiendo abarcar lo desconocido hasta poseerlo y poder disponer de ello. De esta índole es el esfuerzo científico, y bien sabemos lo mucho que ha contribuido a cambiar, a asegurar y a enriquecer nuestro mundo y nuestra vida.

El segundo movimiento resulta cuando, aún durante el esfuerzo de desplegar nuestro pensar, nos paramos y, de algo concreto que podríamos captar, dirigimos la mirada a un conjunto. Es decir, la mirada está dispuesta a asimilar simultáneamente lo mucho que ante ella se extiende.

Entregándonos a este movimiento, por ejemplo, ante un paisaje, o una tarea, o un problema, nos damos cuenta de cómo nuestra mirada a la vez se llena y se vacía, ya que únicamente podemos exponernos a la plenitud y resistir su impacto prescindiendo de los detalles. Para ello, nos detenemos en el movimiento que se lanza, retirándonos un poco hasta llegar a aquel vacío capaz de resistir la plenitud y la gran variedad.

Este movimiento, que se detiene y después se retira, lo defino como fenomenológico. Este nos conduce a otras comprensiones que el movimiento que se lanza hacia el entendimiento. Ambos, sin embargo, se complementan,ya que también en el movimiento que se extiende hacia el entendimiento científico a veces tenemos que detenernos para dirigir nuestra mirada de lo estrecho a lo amplio, y de lo próximo a lo lejano. Por otra parte, también la comprensión lograda mediante el procedimiento fenomenológico requiere la comprobación en lo individual y más próximo.

El proceso

En el camino de la epistemología fenomenológica, la persona se expone a la gran variedad de fenómenos ante un determinado horizonte, sin seleccionarlos ni valorarlos. Así pues, este camino del entendimiento requiere que la persona se vacíe, tanto en relación con las ideas que hasta ese momento albergaba, como también en relación con los movimientos interiores, sea a nivel emocional, voluntario o de juicios.

Aquí, la atención está a la vez orientada y no orientada, centrada y vacía. La actitud fenomenológica requiere una disposición atenta para actuar, pero sin pasar a la realización. Gracias a esta tensión, nuestra capacidad y nuestra disposición para la percepción se potencian extraordinariamente.

Quien logra sostener esta tensión, al cabo de un tiempo experimenta como lo mucho que con su horizonte abarca se va formando alrededor de un centro, y de repente descubre un contexto, quizá un orden, una verdad, o el paso que le lleva más allá. Esta comprensión viene de fuera, por así decirlo, se experimenta como un regalo y, por regla general, es limitada.

La renuncia

La primera premisa para la comprensión lograda de esta forma es una actitud desinteresada. Quien guarda intenciones aborda la realidad con contenidos propios, pretendiendo, quizá, cambiarla de acuerdo con una imagen preconcebida, o influir y convencer a otros según esta imagen. Pero así actúa como si frente a la realidad se hallara en una posición superior, como si ella fuera el objeto para su sujeto, y no al revés, él el objeto de la realidad. Aquí se evidencia la renuncia que nos exige el desistir de nuestras intenciones, incluso de nuestras buenas intenciones. Aparte de que también la sensatez exige esta renuncia, ya que, como muestra la experiencia, aquello que obramos con buenas intenciones, e incluso con la mejor de las intenciones, frecuentemente sale mal. La intención no sustituye a la comprensión.

La valentía

La segunda premisa para esta comprensión es una actitud libre de temor. El que siente miedo de lo que la realidad saca a la luz se pone anteojeras. Y el que siente miedo ante lo que otras personas pensarán y harán si él comunica lo que percibe se está cerrando ante cualquier comprensión ulterior. Y quien, como terapeuta, tiene miedo de encarar la realidad de un cliente, por ejemplo, la realidad de que solo le queda poco tiempo, acaba

infundiendo miedo al otro, porque este ve que el terapeuta no está a la altura de esa realidad.

La concordancia

Una actitud libre de intenciones y de temor permite la concordancia con la realidad tal como es, también con su lado temible, arrollador y terrible. Por tanto, el terapeuta está en concordancia con la felicidad y la desdicha, con la inocencia y la culpa, con la salud y la enfermedad, con la vida y la muerte. Pero justamente de esta concordancia gana la comprensión y la fuerza de enfrentarse también a la fatalidad, y, en concordancia con esta realidad, a veces puede darle un giro. También a este respecto contaré una historia.

La libertad

Un discípulo se dirigió a un maestro:
–¡Dime lo que es la libertad!
–¿Qué libertad? –le preguntó el maestro–. La primera libertad es la necedad. Se asemeja al caballo que, relinchando, derriba a su jinete. Pero tanto más fuerte siente su mano después. La segunda libertad es el arrepentimiento. Se asemeja al timonel que se queda en el barco naufragado, en vez de bajar al bote salvavidas. La tercera libertad es la comprensión. Ella viene después de la necedad y después del arrepentimiento. Se asemeja a la brizna que se balancea con el aire y, porque cede donde es débil, se sostiene.
El discípulo preguntó:
–¿Esto es todo?
Replicó el maestro:
–Algunos piensan que son ellos mismos los que buscan la verdad de su alma. Pero la Gran Alma piensa y busca a través de ellos. Al igual que la naturaleza, puede permitirse muchos errores, ya que sin esfuerzo sustituye a los jugadores equivocados por otros nuevos. A aquel, sin embargo, que deja que sea ella la que piense a veces le concede algún margen de movimiento, y como el río lleva al nadador que se entrega a sus aguas, también ella lo lleva a la orilla, uniendo sus fuerzas a las de él.

Fenomenología filosófica

Ahora quisiera decir algo acerca de la fenomenología filosófica y de la fenomenología psicoterapéutica. En la fenomenología filosófica se trata de percibir lo esencial de entre la gran variedad de fenómenos, exponiéndome a ellos por completo, con mi mayor superficie, por así decirlo. Este algo esencial surge repentinamente de lo oculto, como un relámpago, y siempre sobrepasa en mucho aquello que yo podría imaginarme o llegar a entender lógicamente, partiendo de premisas o conceptos. A pesar de todo, nunca es completo. Sigue envuelto por lo oculto, como todo ser por el no-ser. Esta fue la actitud que me llevó a comprender los aspectos esenciales de la conciencia; por ejemplo, que esta actúa como un órgano del equilibrio sistémico que me permite percibir inmediatamente si me encuentro en concordancia con el sistema, o no; si aquello que hago me conserva y asegura la pertenencia, o si pone en peligro y menoscaba mi pertenencia. Por tanto, en este contexto, la buena conciencia no significa más que puedo estar seguro de que aún formo parte del grupo. Y la mala conciencia significa que tengo que temer que ya no formo parte del grupo. Así pues, la conciencia tiene poco que ver con leyes y verdades siempre válidas, sino que es relativa y variable de grupo en grupo.

De la misma manera, también comprendí que la conciencia reacciona de manera totalmente distinta donde no se trata del derecho a la pertenencia tal como acabamos de describirlo, sino del equilibrio entre dar y tomar, y que aun reacciona de otra forma cuando vela por los órdenes de la convivencia. Cada una de estas funciones de la conciencia se controla y se impone mediante diferentes sentimientos de inocencia y de culpa. Sin embargo, la diferencia más importante que se mostró fue la distinción entre la conciencia que sentimos y la conciencia oculta. Así, justamente por seguir a la conciencia que sentimos, atentamos contra la conciencia oculta, y, aunque por la conciencia que sentimos nos creamos inocentes, la conciencia oculta castiga este acto como una culpa. El contraste entre estas dos conciencias es la base de toda tragedia, lo cual, en el fondo, no quiere decir otra cosa que tragedia familiar. Esta disonancia lleva a aquellas implicaciones trágicas que en el seno de la familia producen enfermedades graves, accidentes y suicidios. Y también es esta diferencia la culpable de muchas tragedias relacionales, cuando una relación de pareja se rompe a pesar de todo amor.

Fenomenología psicoterapéutica

Ahora bien, estas comprensiones no pudieron lograrse únicamente a través de la

percepción filosófica y de la aplicación filosófica de la epistemología fenomenológica. Aún pedían otro acceso más, al que yo suelo llamar saber participativo. Este acceso se abre a través del trabajo con constelaciones familiares siempre que este se realice de forma fenomenológica. Para configurar la constelación de su familia, el cliente, de entre un grupo de participantes, arbitrariamente elige a representantes para sí mismo y para los demás miembros significativos de su familia, por ejemplo, el padre, la madre y los hermanos. A continuación, centrándose en su intuición, los posiciona en un espacio abierto, relacionándolos según su imagen interior. A través de este proceso, de repente surge algo que le sorprende. Es decir, durante el proceso de configuración entra en contacto con un saber que antes le era inaccesible. Así, hace poco, un compañero me contó que a raíz de una constelación se evidenció que la cliente tenía que representar a una amiga anterior del padre. Ella preguntó al padre y a otros familiares, pero todos le aseguraron que estaba equivocada. Unos meses más tarde, su padre recibió una carta desde Bielorrusia. Una mujer que durante la guerra había sido su gran amor, tras una larga búsqueda había conseguido, por fin, averiguar su dirección.

Pero esta es solo una parte, la del cliente. La otra parte es que los representantes, una vez que se encuentran posicionados, sienten como las personas que representan. A veces también desarrollan los síntomas físicos de estos. Incluso he visto casos en los que interiormente oían los nombres de aquellas personas. Todo esto se vive sin que los representantes tengan ninguna información previa de aquella familia, únicamente saben a quiénes representan. Se evidencia, pues, que entre el cliente y los miembros de su sistema actúa un campo de fuerza lúcido que hace posible acceder a un saber sin ninguna transmisión exterior y, lo que resulta aún más sorprendente, también los representantes, que, por lo demás, no tienen nada que ver con esa familia ni tampoco pueden saber nada de ella, pueden conectar con ese saber y con la realidad de esa familia.

Naturalmente, y de manera muy especial, lo mismo se aplica también al terapeuta, con la única condición de que tanto el terapeuta como el cliente y los representantes estén dispuestos a encarar la realidad que aquí se está abriendo paso, asintiendo a ella tal como es, sin intenciones ni miedos, y sin remontarse a teorías o experiencias anteriores.

Esta sería, pues, la actitud fenomenológica aplicada a la psicoterapia. También aquí la comprensión se halla en la renuncia, en el desprendimiento de toda intención, y en el asentimiento a la realidad tal como se presenta. Sin esta actitud fenomenológica, es decir, sin el asentimiento a aquello que se muestra, sin querer exagerar ni mitigar o interpretarlo, el trabajo con constelaciones familiares no se mueve más que en la superficie, cayendo en el error con facilidad y careciendo de fuerza.

El alma

Aún más sorprendente que este saber transmitido a través de la participación es el hecho de que este campo consciente o, como yo prefiero llamarlo, esta alma consciente que sobrepasa y dirige al individuo, busca y encuentra soluciones que superan en mucho aquello que nosotros podemos imaginar, produciendo efectos de un alcance inaccesible para nuestro actuar planificado. Esto se muestra más claramente en aquellas constelaciones en las que el terapeuta se retiene al máximo, por ejemplo, configurando a personas importantes para después, sin ninguna indicación ulterior, abandonarlas a aquello que desde fuera se apodera de ellos como una fuerza irresistible, conduciéndolos a comprensiones y experiencias que de otra manera parecerían imposibles. Les aportaré un ejemplo: cuando, en un taller reciente en Suiza, un hombre, después de configurar a su familia actual, dijo que aún quería mencionar que era judío, elegí a siete representantes para las víctimas del Holocausto, colocándolas en fila, los unos al lado de los otros. Después, detrás de ellos, coloqué a siete representantes de los asesinos, y les pedí a las víctimas que se giraran hacia estos. A continuación, durante un cuarto de hora y sin que nadie pronunciara ni una palabra, se desarrolló un proceso increíble entre todos ellos, proceso que evidenció la existencia de algo así como una muerte no concluida y una muerte concluida, mostrando claramente que para víctimas y perpetradores el morir no se concluía hasta que en la muerte se encontraban, experimentándose igualmente determinados, dirigidos y finalmente acogidos por una fuerza superior.

Fenomenología religiosa

Aquí, los niveles de la filosofía y de la psicoterapia se sustituyen por otro, más extenso, en el que nos experimentamos como expuestos a un Todo mayor que necesariamente tenemos que reconocer como un Último que determina a todos. También podría llamarse el nivel religioso o espiritual. Pero también aquí me mantengo en la actitud fenomenológica, sin intenciones, sin temor, sin condiciones previas, simplemente con aquello que se muestra. Lo que esto significa para la comprensión y la realización religiosas lo describo al final en una tercera historia.

La vuelta

Alguien nace en su familia, en su país y su cultura, y ya de niño oye quién, hace tiempo, fue su modelo y su maestro, y siente el profundo anhelo de hacerse y de ser como él. Se une a un grupo de iguales, se ejercita en una disciplina de largos años, y sigue al gran

modelo hasta ser idéntico a él, y pensar y hablar y sentir como él. Pero una cosa, piensa, aún le falta. Así emprende un largo camino para, quizá, aun superar en la soledad más lejana una última frontera. Pasa por jardines antiguos, desde hace tiempo abandonados. Aún florecen rosas silvestres y altos árboles traen su fruto cada año, pero este cae al suelo sin cuidado por no haber nadie que lo quiera. Después comienza el desierto.

Pronto le rodea un vacío desconocido. Le parece como si aquí cualquier rumbo fuera indiferente, y también las imágenes, que a veces ve delante de sí, pronto se muestran vacías. Camina siguiendo su impulso y, cuando ya hace tiempo que no se fía de sus sentidos, de repente ve el manantial: brota de la tierra, y la tierra lo vuelve a recibir. Pero allí donde su agua llega el desierto se convierte en un paraíso.

Al mirar a su alrededor, ve a dos desconocidos que se acercan. Ellos hicieron lo mismo que él: como él, emprendieron un largo camino para, quizá, aun superar en la soledad del desierto una última frontera; y encontraron, como él, el manantial. Juntos se agachan, beben de la misma agua, y ya creen la meta casi conseguida. Después, se confían sus nombres:

–Yo soy Gautama, el Buda.

–Yo soy Jesús, el Cristo.

–Yo soy Mahoma, el Profeta.

Después, llega la noche y encima de ellos, como siempre, destellan las estrellas, inalcanzables en su lejanía y en su quietud. Todos enmudecen, y uno de los tres se sabe cerca de su gran modelo como nunca. Le parece como si por un momento pudiera intuir cómo se sentía cuando lo supo –la impotencia, la inutilidad, la humildad– y cómo debería sentirse si también conociera la culpa.

A la mañana siguiente, da la vuelta y sale salvo del desierto. Una vez más su camino le lleva por los jardines abandonados, hasta acabar en uno que es el suyo. Delante de la entrada se encuentra un hombre mayor, como si lo hubiera estado esperando. Le dice:

–Quien, como tú, de tan lejos encontró el camino de vuelta ama la tierra húmeda. Sabe que todo, si crece, también muere, y, si acaba, también nutre.

–Sí –responde el otro– estoy de acuerdo con la Ley de la Tierra.

Y empieza a trabajarla.

NOTAS

1 Dos ciudades del centro de Alemania. *(N. de la T.)*

2 Se refiere a un cuento popular recogido por los hermanos Grimm. *(N. de la T.)*

3 Se hace referencia a la abreviación Stasi, habitual en la antigua República Democrática Alemana para denominar al Staatssicherheitsdienst, el Servicio de Seguridad del Estado o policía secreta. *(N. de la T.)*

4 La risa homérica es una fuerte carcajada y se refiere a «la risa inextinguible de los dioses felices».

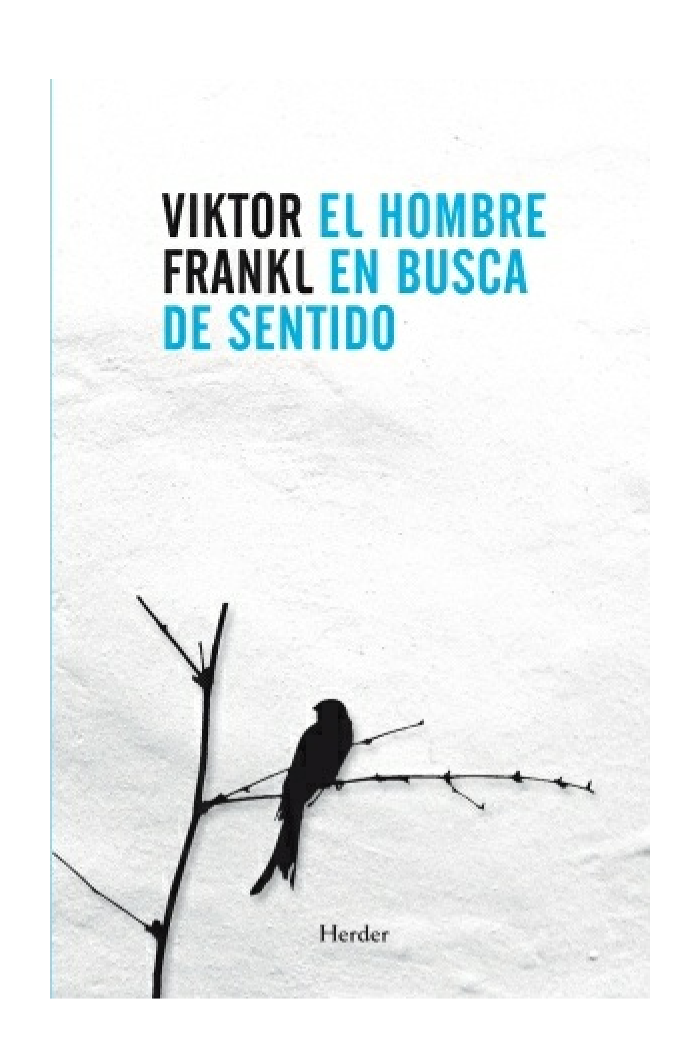
5 Para facilitar una lectura fluida del texto, en lo consiguiente se utiliza la forma femenina *(niña/hija)*. Sin embargo, todo lo expuesto en este capítulo se refiere expresamente a cualquier víctima de abuso, sea niño o niña. *(N. de la T.)*

6 Johann Wolfgang Goethe. *(N. de la T.)*

7 Friedhof: campo de paz. *(N. de la T.)*

MÁS INFORMACIÓN

Ficha del libro


VIKTOR FRANKL
EL HOMBRE EN BUSCA DE SENTIDO
Herder

El hombre en busca de sentido

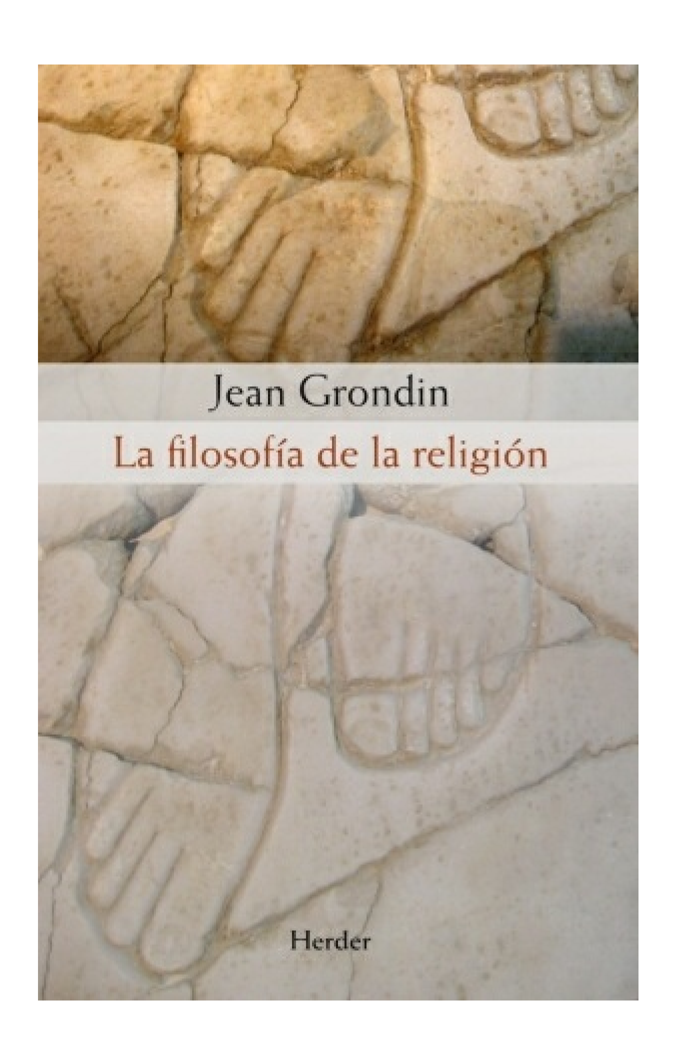
Frankl, Viktor

9788425432033
168 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

Nueva traducción"El hombre en busca de sentido" es el estremecedor relato en el que Viktor Frankl nos narra su experiencia en los campos de concentración.Durante todos esos años de sufrimiento, sintió en su propio ser lo que significaba una existencia desnuda, absolutamente desprovista de todo, salvo de la existencia misma. Él, que todo lo había perdido, que padeció hambre, frío y brutalidades, que tantas veces estuvo a punto de ser ejecutado, pudo reconocer que, pese a todo, la vida es digna de ser vivida y que la libertad interior y la dignidad humana son indestructibles. En su condición de psiquiatra y prisionero, Frankl reflexiona con palabras de sorprendente esperanza sobre la capacidad humana de trascender las dificultades y descubrir una verdad profunda que nos orienta y da sentido a nuestras vidas.La logoterapia, método psicoterapéutico creado por el propio Frankl, se centra precisamente en el sentido de la existencia y en la búsqueda de ese sentido por parte del hombre, que asume la responsabilidad ante sí mismo, ante los demás y ante la vida. ¿Qué espera la vida de nosotros?El hombre en busca de sentido es mucho más que el testimonio de un psiquiatra sobre los hechos y los acontecimientos vividos en un campo de concentración, es una lección existencial. Traducido a medio centenar de idiomas, se han vendido millones de ejemplares en todo el mundo. Según la Library of Congress de Washington, es uno de los diez libros de mayor influencia en Estados Unidos.

Cómpralo y empieza a leer


Jean Grondin
La filosofía de la religión
Herder

La filosofía de la religión

Grondin, Jean

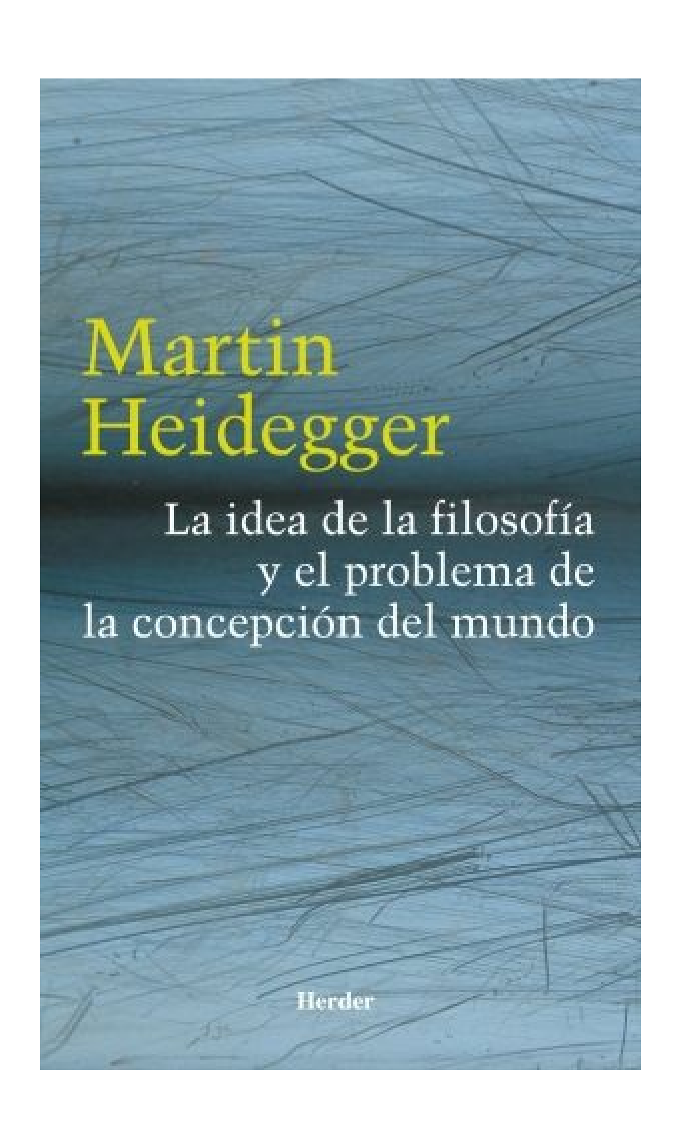
9788425433511

168 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

¿Para qué vivimos? La filosofía nace precisamente de este enigma y no ignora que la religión intenta darle respuesta. La tarea de la filosofía de la religión es meditar sobre el sentido de esta respuesta y el lugar que puede ocupar en la existencia humana, individual o colectiva. La filosofía de la religión se configura así como una reflexión sobre la esencia olvidada de la religión y de sus razones, y hasta de sus sinrazones. ¿A qué se debe, en efecto, esa fuerza de lo religioso que la actualidad, lejos de desmentir, confirma?

Cómpralo y empieza a leer


Martin
Heidegger
La idea de la filosofía
y el problema de
la concepción del mundo
Herder

La idea de la filosofía y el problema de la concepción del mundo

Heidegger, Martin

9788425429880

165 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

¿Cuál es la tarea de la filosofía?, se pregunta el joven Heidegger cuando todavía retumba el eco de los morteros de la I Guerra Mundial. ¿Qué novedades aporta en su diálogo con filósofos de la talla de Dilthey, Rickert, Natorp o Husserl? En otras palabras, ¿qué actitud adopta frente a la hermeneútica, al psicologismo, al neokantismo o a la fenomenología? He ahí algunas de las cuestiones fundamentales que se plantean en estas primeras lecciones de Heidegger, mientras éste inicia su prometedora carrera académica en la Universidad de Friburgo (1919- 923) como asistente de Husserl.

Cómpralo y empieza a leer


JESPER JUUL
NO
Decir no, por amor
Padres que hablan claro:
niños seguros de sí mismos
Herder

Decir no, por amor

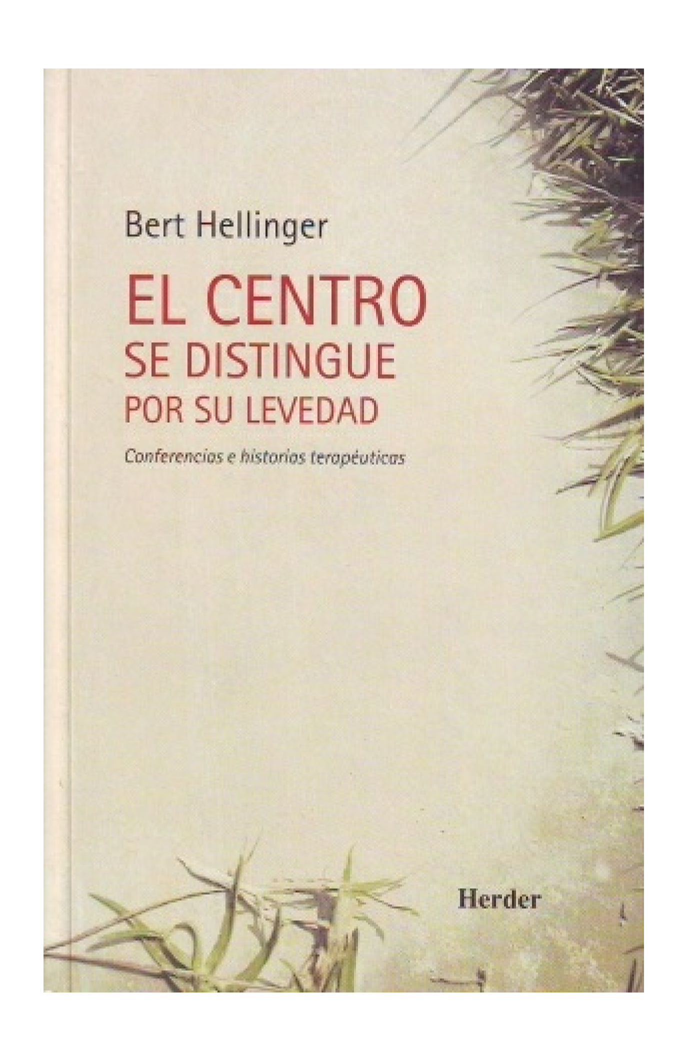
Juul, Jesper

9788425428845
88 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

El presente texto nace del profundo respeto hacia una generación de padres que trata de desarrollar su rol paterno de dentro hacia fuera, partiendo de sus propios pensamientos, sentimientos y valores, porque ya no hay ningún consenso cultural y objetivamente fundado al que recurrir; una generación que al mismo tiempo ha de crear una relación paritaria de pareja que tenga en cuenta tanto las necesidades de cada uno como las exigencias de la vida en común. Jesper Juul nos muestra que, en beneficio de todos, debemos definirnos y delimitarnos a nosotros mismos, y nos indica cómo hacerlo sin ofender o herir a los demás, ya que debemos aprender a hacer todo esto con tranquilidad, sabiendo que así ofrecemos a nuestros hijos modelos válidos de comportamiento. La obra no trata de la necesidad de imponer límites a los hijos, sino que se propone explicar cuán importante es poder decir no, porque debemos decirnos sí a nosotros mismos.

Cómpralo y empieza a leer


Bert Hellinger
EL CENTRO
SE DISTINGUE
POR SU LEVEDAD
Conferencias e historias terapéuticas
Herder

El centro se distingue por su levedad

Hellinger, Bert

9788425431869
160 Páginas

El libro recoge las más significativas conferencias e historias terapéuticas de Bert Hellinger. Todas ellas giran alrededor de un mismo punto central: el orden fundamental por el que nuestras relaciones se logran o fracasan. Dirigen la mirada hacio los elementos fundamentales del pensar y hacer de este singular terapeuta y nos invitan a emprender con él un camino epistemológico. A lo largo de estos textos, Bert Hellinger toca sin miedo los tabúes de la inocencia y de la conciencia, sacando a la luz los órdenes que permiten que el amor en y entre diversos grupos humanos florezca. Un libro de sabiduría, fascinante y conmovedor, que nos remite a nuestro propio centro como punto de partida y de llegada. Allí nos experimentamos profundamente recogidos y en sintonía con el mundo tal como es. Este centro se distingue por su levedad De interés para profesionales y estudiantes de psicología y un público general interesado en temas de terapia sistémica y la obra de Bert Hellinger.

Cómpralo y empieza a leer

Índice